



### **Selbstsicherheit im Dunkeln**

*ein Workshop für alle interessierten Ju-Jutsuka  
und für Sehbehinderte mit und ohne SV-Erfahrung*

<b>Wann</b>	13.12.2025, 14:00 - 17:00 Uhr
<b>Anmelden</b>	bis 29.11.2025 unter <a href="mailto:gleichstellung@hjjv.net">gleichstellung@hjjv.net</a> bitte vollständigen Namen, Verein und Graduierung angeben
<b>Ort</b>	NTSV-Waldsporthalle, Lokstedter Holt 46, 22453 Hamburg
<b>Kosten</b>	15,00 Euro
<b>Referententeam</b>	Carsten Prüßner, 5. Dan JJ, Fatma Keckstein, 5. Dan JJ
<b>Beschreibung</b>	Gemeinsam erarbeiten wir uns Carstens neues Konzept für Selbstverteidigungs(SV)-Kurse, die sich an Menschen mit Sehbehinderungen richten. <b>So profitieren alle, die mitmachen:</b> - Ju-Jutsuka, weil sie die Herausforderung erleben, Techniken ohne Bewegungsvorbild auszuführen, bzw. anzuleiten. - Betroffene, weil sie sinnvolle SV-Techniken kennenlernen. Alle vorgestellten Techniken werden im Nachgang zu einem Leitfaden für Trainer*innen und Betroffene zusammengestellt. Dafür werden wir mit allen, die mitmachen mögen, im Rahmen des Workshops Fotos machen.
<b>Lizenzwirksamkeit</b>	Der Lehrgang wird mit 4 UE als Fortbildung für die Lizenz: <b>Frauen</b> <b>selbst</b> <b>Sicherheit</b> anerkannt
<b>Teilnehmende</b>	Alle Ju-Jutsuka und Menschen mit Sehbehinderungen mit und ohne Kampfkunsterfahrung ab 18 Jahren

Die Teilnahme erfolgt für alle Personen auf eigene Gefahr.

Der HJJV weist darauf hin, dass sowohl er, als auch der von ihm beauftragte Ausrichter, nur für Fälle von Vorsatz haften. Alle Teilnehmer\*innen sind verpflichtet, selbst für ausreichenden Versicherungsschutz zu sorgen.

Der HJJV behält sich das Recht vor, die auf Maßnahmen gefertigten Foto- und Filmaufnahmen nach eigenem Ermessen zu verwenden. Sollte jemand die Veröffentlichung nicht wünschen, so ist dieses der Veranstaltungsleitung vor Beginn der Veranstaltung bekannt zu geben.