

„Beugen Sie vor, werden Sie nicht zum potentiellen Opfer“



Lernen Sie was in Ihnen steckt und welche Möglichkeiten Sie haben:

Richtige Verhaltensmuster (Auftreten, Körperhaltung,...)

Technische Möglichkeiten (Ausrüstung, Hilfsmittel,...)

Konsequenter geistiger u. körperlicher Einsatz (Hilferuf, körperbetonte Techniken,...)

Wenn Sie im Falle eines Angriffs nicht zum Opfer werden wollen, müssen Sie lernen sich zu verteidigen. Selbstverteidigung beginnt bereits im Vorfeld, ohne körperlichen Einsatz. Erlernen Sie entsprechende Verhaltensregeln und Umgangsformen.

Werden SIE selbst aktiv – PASSIVITÄT bremst!

Wer Taekwon-Do über einen längeren Zeitraum trainiert, lernt Selbstverteidigung viel realistischer, als jemand, der nur einen Selbstverteidigungskurs besucht. Im Taekwon-Do werden die Techniken effektiv austrainiert und durch kontinuierliches Üben verinnerlicht. Außerdem wird eine bessere Reaktionsfähigkeit trainiert, die im Ernstfall entscheidend ist.

Durch das Training im Traditionellen Taekwon-Do wird auch Prävention betrieben. Jeder lernt selbstbewusst und stark aufzutreten.

Seit 1978 übe ich Taekwon-Do aus. Durch meine Trainer- und Schulleitertätigkeit bin ich oft im In- und Ausland unterwegs und kenne eine Vielzahl von Taekwon-Do SportlerInnen. Durch den Erfahrungsaustausch, in den weltweit über 100 Kwon, Jae-Hwa Taekwon-Do Schulen, zeigt sich, dass unsere Taekwon-Do Schüler äußerst selten in Konfliktsituationen kommen.



Kampfsportler passen nicht in die typische Opferrolle.