



„Dojo Fudoshin“  
im  
Polizeisportverein Leipzig  
e.V.

**Ansprechpartner**

Karsten Sydow

**Telefon**

0163 - 3019486

**Internet**

[www.dojo-fudoshin-leipzig.de](http://www.dojo-fudoshin-leipzig.de)

**E-Mail**

**Jiu Jitsu**

[info@jiujitsu-leipzig.de](mailto:info@jiujitsu-leipzig.de)

**Modern Arnis**

[info@arnis-leipzig.de](mailto:info@arnis-leipzig.de)



**Weitere Informationen**

zum

**Polizeisportverein Leipzig e.V.**

[www.polizeisportverein-leipzig.de](http://www.polizeisportverein-leipzig.de)

und zum

**kostenlosen**

**Schnuppertraining**

[www.dojo-fudoshin-leipzig.de](http://www.dojo-fudoshin-leipzig.de)

**Wir trainieren**

in der

**Sporthalle der**

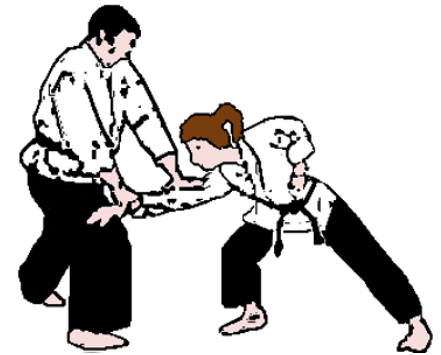
**Käthe-Kollwitz-Schule**

**Karl-Vogel-Str. 17-19**

**04318 Leipzig**

**Eingang: Roßbachstraße**

Polizeisportverein Leipzig e.V.  
Dojo Fudoshin



**Jiu Jitsu  
&  
Modern Arnis**



**Freizeitsport  
Kampfkunst  
Selbstverteidigung**

# Jiu Jitsu

**Jiu Jitsu** ist eine traditionelle japanische Kampfkunst – die Form der waffenlosen Selbstverteidigung.

Durch die Vielfalt der Techniken ist **Jiu Jitsu** von jedermann erlernbar.

Im Vordergrund unseres Trainings steht nicht nur die Selbstverteidigung, sondern auch ein fitness- und gesundheitsorientierter Freizeitsport für Körper und Geist.

**Jiu Jitsu** bietet vor allem für Kinder und Jugendliche gute Voraussetzungen, ihre athletischen und koordinativen Fähigkeiten zu verbessern.



# Modern Arnis

**Modern Arnis** ist eine Form des philippinischen Stockkampfes und bildet zusammen mit der waffenlosen Form, dem **Mano Mano**, das **Kombatan**.

Der große Vorteil von **Modern Arnis** besteht im Training des ganzen Körpers. Hier werden beide Seiten, also rechts und links, trainiert und somit die koordinativen Fähigkeiten verbessert.

**Modern Arnis** ist in jedem Alter erlernbar und setzt keine besonderen Fähigkeiten voraus.



# Wir trainieren

## Jiu Jitsu

**Kinder** (ab 6 Jahre)

Mittwoch

17:30-19:00 Uhr

**Jugendliche** (ab 13 Jahre)

Dienstag

18:00-19:30 Uhr

Donnerstag

17:30-19:00 Uhr

**Erwachsene**

Mittwoch + Freitag

19:15-21:15 Uhr

Dienstag

(ungerade Kalenderwoche)

19:35-21:15 Uhr

## Modern Arnis

**Kinder/Jugendliche**

(ab 10 Jahre)

Montag

17:30-19:00 Uhr

**Erwachsene**

(ab 16 Jahre)

Montag + Donnerstag

19:15-21:15 Uhr

Dienstag

(gerade Kalenderwoche)

19:35-21:15 Uhr

Unsere Trainingsgruppen werden von erfahrenen, langjährigen Übungsleitern betreut.