



„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**

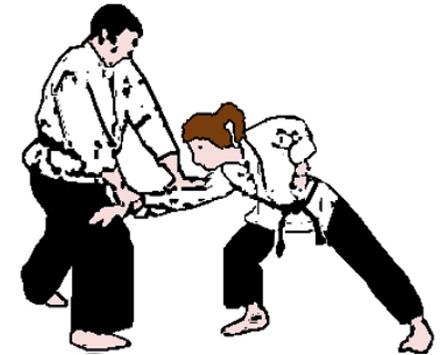
**Käthe-Kollwitz-Schule**

**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.<

柔術

# Modern Arnis

Egal ob mit Stock, traditionellen Waffen oder auch waffenlos - bei den philippinischen Kampfkünsten **Modern Arnis** und **Mano Mano** (gemeinsam als **Kombatan** bekannt) sind der Vielfalt keine Grenzen gesetzt.

Durch das beidseitige Training verbessern sich Fitness, Koordination, Reaktionsschnelligkeit und Konzentration. Neben der sportlichen Betätigung und dem Erlernen von Techniken zur Selbstverteidigung kommt auch der Spaß nicht zu kurz, was besonders für Kinder und Jugendliche ein Ansporn ist, allein und im Team aktiv zu sein.

Erlernen kann man **Modern Arnis** und **Mano Mano** übrigens in jedem Alter.

Fi  
D  
+  
O  
Y  
+

# Wir trainieren

## Jiu Jitsu

### Jugendliche

(ab 12 Jahre)

Dienstag

18:00 - 19:30 Uhr

### Erwachsene

Mittwoch + Freitag

19:15 - 21:15 Uhr

Dienstag

(ungerade Kalenderwoche)

19:35 - 21:15 Uhr

## Modern Arnis

### Kinder/Jugendliche

(ab 7 Jahre)

Montag + Donnerstag

17:15 - 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 und langjährigen Übungsleitern geleitet.