

Deutsche Jiu-Jitsu Union e.V. - Über uns -

1982 gründeten Mitglieder der Arbeitsgruppen Jiu-Jitsu im DJB (Deutscher Judo Bund) aus Nordrhein-Westfalen und Schleswig-Holstein die "DJJU e.V. - Größter deutscher Fachverband für traditionelles Jiu-Jitsu e.V."

Die DJJU e.V. betreut die einzelnen Landesverbände, in denen Jiu-Jitsu betrieben wird, bzw. in denen Interesse an Jiu-Jitsu besteht.

Hierdurch fördert und festigt die DJJU e.V. das Jiu-Jitsu in Deutschland.

Was ist Jiu-Jitsu?

Jiu-Jitsu ist eine der ältesten Kampf- und Verteidigungsarten, aus der sich in Deutschland die Budo-sportarten Judo u. Karate und die Budokunst Aikido herauskristallisiert haben. Diese drei Budostile weisen in ihrer modernen Form kaum noch Gemeinsamkeiten auf, da sie nur Teilbereiche des Jiu-Jitsu besonders betonen und weiterentwickelten. Im Jiu-Jitsu finden sich dagegen alle drei Budoarten wieder.

Bezeichnend für das Jiu-Jitsu in traditioneller Form ist die Kombination verschiedener Budoprinzipien.

Zu einem individuell geprägten und effektiven Stil des einzelnen Budoka gehören Übungen, die in Einklang mit Leib und Seele das innere Gleichgewicht ebenso spiegeln, wie die Perfektion der Technik.

In diesem angestrebten Ziel liegt das Wesen der traditionellen Kampfkunst Jiu-Jitsu. Hierin unterscheidet sie sich wesentlich von allen anderen Budostilen und leistungsorientierten Kampfsportarten.

Das moderne Jiu-Jitsu unterscheidet sich vom klassischen vor allem durch die Einbeziehung des Aspektes der modernen Selbstverteidigung. Dieses stellt sich z. B. dadurch dar, dass statt der Handhabe traditioneller japanischer Waffen die Abwehr gegen moderne Waffen (Messer, Stock, Pistole) trainiert wird. Auch Frauenselbstverteidigung und der sportliche Vergleich untereinander gehören zu dieser modernen Definition des Jiu-Jitsu.

Was unterscheidet das Jiu-Jitsu von anderen Kampfsportarten?

Die traditionelle Ausrichtung wird besonders durch die Prüfungsordnung der Deutschen Jiu-Jitsu Union e.V. geprägt. In dieser ist anders als in anderen

Budoverbänden, die Abwehr gegen verschiedene Angriffe, nicht zwingend vorgeschrieben. Dadurch wird die individuelle Fertigkeit des einzelnen Budoka gefördert.

Durch die individuelle Entwicklung von Fähigkeiten und der Berücksichtigung der persönlichen Voraussetzungen (unter anderem Alter, Größe, Gewicht des Budoka) lässt sich der Geist mit dem Körper entwickeln.

Benötigen Sie mehr Informationen?
Oder möchten Sie sich mit einem unserer Vereine in Verbindung setzen? Unsere hier aufgelisteten Landesverbände geben Ihnen gern weitere Informationen über Vereine in *Ihrer* Nähe!

Berlin / Brandenburg	E-Mail : henry_bunge@yahoo.de
Bayern	www.djju-bayern.de
Bremen	www.jjlvb.info
Baden - Württemberg	www.jju-bw.de
Hamburg	www.jiujitsu-hamburg.de
Hessen	www.jju-hessen.de
Mecklenburg/ Vorpommern	jjlvmv@djju.de
Niedersachsen	www.jju-nds.de
Nordrhein-Westfalen	www.djju-nw.de
Rheinland-Pfalz	www.djju-rp.de
Sachsen	www.jju-sachsen.de
Sachsen-Anhalt	www.djju-sa.de
Schleswig-Holstein	www.djju-sh.de
Thüringen	www.jiujitsu-thueringen.de

Vereinsstempel hier:

DEUTSCHE JIU-JITSU UNION e.V.
Größter deutscher Fachverband für Jiu-Jitsu



Bundesgeschäftsstelle

Am Eichenkamp 7
27239 Twistringen
Tel.: 0 42 43-942628
Fax: 0 42 43-60 22 22

bundesgeschaeftsstelle@djju.de

www.djju.de

Jiu-Jitsu – „Die sanfte Kunst“

oder auch „Die Wissenschaft von der Nachgiebigkeit“

Jiu-Jitsu ist eine von den japanischen Samurai stammende Kampfkunst der **waffenlosen** Selbstverteidigung.

Jiu-Jitsu kann

unabhängig vom Alter und Geschlecht trainiert werden und bietet ein breites Spektrum von Möglichkeiten zur Selbstverteidigung, und – unter anderem durch Stärkung des Charakters und Selbstbewusstseins – zur friedlichen Lösung von Konflikten.

Deshalb ist Jiu-Jitsu auch mehr als nur ein wenig sportliche Betätigung!

1. Situationen erkennen
2. Aggressionen und Furcht überwinden
3. Konzentration steigern
4. Motorik schulen
5. Gymnastik
6. Atemübungen
7. Verteidigungstechniken

Ein gutes und sinnvoll durchdachtes Training hat nur dann Erfolg, wenn es auch **SPASS** macht. Aus diesem Grund bieten wir ein interessantes und abwechslungsreiches Trainingsprogramm.

Jiu-Jitsu als Selbstverteidigung

Die intensive Auseinandersetzung mit dem Begriff der Selbstverteidigung wird in der heutigen Zeit zunehmend wichtiger.

Im Unterschied zu vielen anderen Kampfkünsten zielt das Jiu-Jitsu darauf ab, Gegner sinnvoll und effektiv abzuwehren, um so im Vorfeld weitere Eskalationen zu verhindern.

D.h.: Beim Jiu-Jitsu wird nicht Kraft gegen Kraft angewendet!

Vielmehr soll die vom Angreifer verwendete Kraft gegen ihn selbst angewendet werden.



Das Grundprinzip des Jiu Jitsu lautet „Nachgeben, um zu siegen“.

Kindertraining

Besonders für die Kleinsten unter uns ist es wichtiger denn je, Selbstvertrauen zu gewinnen und/oder zu stärken. Kinder lernen durch aktives Jiu-Jitsu-Training, dass es eine Vielzahl von Möglichkeiten gibt, Gewalt zu vermeiden bzw. dieser im Vorfeld schon auszuweichen.

Jiu-Jitsu ist für Kinder eine sehr positiv einwirkende Sportart, bei der u. a. motorische Fähigkeiten gezielt verbessert werden können, Konzentration gefördert wird und nicht zuletzt auch die Disziplin gesteigert wird.



Selbstverständlich ist das in unseren Vereinen angebotene Training direkt auf Kinder zugeschnitten, so dass der „SPAßFAKTOR“ an erster Stelle steht!

Trainer und Übungsleiter

Das Training in unseren Vereinen und Abteilungen wird von erfahrenen Trainern und Übungsleitern durchgeführt.

Unsere Trainer haben langjährige Erfahrungen in verschiedenen Stilrichtungen und Kampfkünsten, so dass alle entscheidenden Komponenten abgedeckt sind. Aber auch unsere Trainer und Übungsleiter lernen nicht aus!



Aus diesem Grund werden auch sie regelmäßig geschult und weitergebildet.