

Waldkraiburger bayernweit führend bei
 „Selbstverteidigung für Kinder“

Annemarie Besold - Ausbilderin

Christine Rau beteiligt sich an Lizenzausbildung



Ein ganzes Wochenende wurden Trainer und Übungsleiter aus ganz Bayern von Annemarie Besold, Trainerin beim VfL Waldkraiburg und Mitglied im Jugendlehrteam des Ju-Jutsu Verband

Bayern zusammen mit [Fritz Schweibold](#) (Bild), ebenfalls Lehrteammitglied und Präventionsbeamter der Polizeiinspektion Landshut, im Sonderpädagogischen Förderzentrum Haßfurt geschult, um nach der Prüfung im November Kinder und Jugendliche in der Selbstverteidigung zu unterrichten.

„Nicht mit mir!“ heißt das erfolgreiche Konzept des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes, das Annemarie Besold maßgeblich mitentwickelt hat. Bevor interessierte Kampfsportler die Lizenzausbildung des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes beginnen können, müssen sie mindestens den Orangen Gürtel nachweisen. Das bedeutet Minimum ein Jahr Training. Damit wird der hohe Standard der Kurse gesichert. Die Ausbildung umfasst zwei Wochenenden und einen Prüfungstag, an dem die Teilnehmer sowohl eine praktische Lehrprobe durchführen müssen, als auch in einem Prüfungsgespräch Fragen einer am Konzept interessierten „Schulleiterin“ beantworten müssen. Als Konrektorin am Sonderpädagogischen Förderzentrum Waldkraiburg kann Annemarie Besold diesen Prüfungsteil natürlich sehr realitätsnah gestalten.

An diesem Wochenende lernten die Teilnehmer Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung in altersgerechter Form zu vermitteln. Die angehenden Kursleiter müssen neben grundlegenden Ju-Jutsu Techniken auch Präventionsthemen vermitteln können. Richtig eingesetzte Körpersprache und ein lautes deutliches „NEIN! Lassen Sie mich in Ruhe!“ können oft Schlimmeres verhindern.

Ein Schwerpunkt im zweiten Teil sind die Themen „Sexueller Missbrauch verhindern“ und das „Verhalten gegenüber einem Exhibitionisten“, wie erst kürzlich am Ostpark – Spielplatz (Waldkraiburger Nachrichten 25.9.12) geschehen. Häufig ist Weglaufen und Hilfe Holen die beste Antwort auf drohende Gefahren.



Als „Hausaufgabe“ erstellen die künftigen Kursleiter einen eigenen Flyer, den sie zur Prüfung mitbringen müssen. Zusätzlich zu den neu Auszubildenden nahmen drei Ju-

Jutsuka teil, die Ihre Lizenz verlängerten, da die Lizenz nur vier Jahre gültig ist. Annemarie Besold schulte diese Teilnehmer zusätzlich in der Durchführung von Kursen für Vorschulkinder im Kindergarten und von Workshops mit Jungen in der Hauptschulstufe. Hier geht es weniger um Selbstverteidigung, als um Selbstbeherrschung und Umgang mit Mobbing. Da Annemarie Besold Ihre Zulassungsarbeit zur Budo-Pädagogin über dieses Thema geschrieben hat, konnte sie die Teilnehmer kompetent informieren.



Sehr erfreut war die Ausbilderin des Ju-Jutsu Verbandes über das Engagement von Christine Rau, vom VfL Waldkraiburg, Sparte Ju-Jutsu, die sich ebenfalls zur Kursleiterin ausbilden lässt. Frau Rau ist als ausgebildete Erzieherin und Schwarzgurtträgerin natürlich bestens geeignet. Sie hat bereits mehrere Kurse im Landkreis unter der Anleitung von Annemarie Besold gehalten und bekommt damit eine ganz persönliche und sehr viel intensivere Ausbildung. Susanne Schmalenberg und Annemarie

Besold können die vielen Anfragen nach Kursen an

Schulen und Vereinen gar nicht mehr alleine bewältigen und sind deshalb sehr froh über eine weitere Kursleiterin im Landkreis Mühldorf.



Christine
Rau

Annemarie
Besold