



# Seminář Sebeobrany - Jiu Jitsu

pod záštitou Českého svazu Jiu Jitsu

**Pořádající klub:** TJ Sokol Žižkov II. Judo a sebeobrana

**Termín:** Sobota, 21. března 2009

**Místo konání:** TJ Sokol Žižkov II.  
Na Balkáně 812/21, Praha 3 - Žižkov

**Časový program:** 8:30 hod. prezentace  
9:00 hod. zahájení semináře  
cca v 18:00 hod. závěr semináře

**Vedoucí semináře:** Václav Mornštejn 6.Dan Jiu-Jitsu

**Lektoři:** *Jiu Jitsu/sebeobrana*

Vladimír Lorenz 8.Dan  
František Kollman 8.Dan  
Libor Skřenek 7.Dan – Prezident ČSJiu  
Jiří Hlinka 6.Dan  
Václav Mornštejn 6.Dan

*Karate*

Vladimír Panýrek 2.Dan  
Jiří Vrbský 2.Dan

*Tajemství těla v sebeobraně*

Mgr. Renata Sabongi

*Právní norma v sebeobraně*

JUDr. Vladimír Šváb

**Cena:** 700Kč (v ceně je zahrnut oběd pro všechny účastníky semináře)

**Přihlášky:** do 18. března 2009 telefonicky na tel. +420 604 725 657 nebo na e-mail: judo.sebeobrana@seznam.cz, omezená kapacita!  
Též možnost ubytování pro mimopražské.

**Další případné informace:** Václav Mornštejn  
telefon: +420 604 725 657



# Seminář Sebeobrany - Jiu Jitsu

pod záštitou Českého svazu Jiu Jitsu

## Osnova programu semináře

- 1) - **Prezentace**
- 2) - **Zahájení semináře**
- 3) - **Judo v Sebeobraně**
- 4) - **Karate v Sebeobraně**
- 5) - **Tajemství rukou v Sebeobraně**
- 6) - **Právní norma v sebeobraně**
- 7) - **Tajemství vychýlení**
- 8) - **Tajemství těla - Pilate**
- 9) - **Nůž v Sebeobraně**
- 10) - **Závěr semináře**

# 柔術

## Seminář Sebeobrány - Jiu Jitsu

pod záštitou Českého svazu Jiu Jitsu

**Jak se k nám dostanete:** Autobusem číslo [109](#), [145](#), [168](#), [177](#) - zastávka Balkán. Tramvají číslo [1](#), [9](#), [16](#) - zastávka Chmelnice a dále pěšky cca 5 minut kolem Zdravotního střediska ulicí Na vrcholu, kolem Mateřské školy ke staré budově areálu TJ Spoj - dnes TJ Sokol Žižkov II.

