

Geheimnisse des Judo-Sports

INGELHEIM (red). 17 Mitarbeiter der Bad Kreuznacher Anwaltskanzlei Kanzler, Kern und Kaiser haben sich der Aufgabe gestellt und einen Selbstverteidigungs-Workshop beim Ingelheimer Judoverein in der Sporthalle der Kaiserpfalz-Realschule besucht. Die Judo-Trainer Urs Brand und Holger Meier führten die Büromannschaft in die Geheimnisse der waffenlosen Selbstverteidigung ein. Vor geraumer Zeit hatte es in der Kanzlei einen Zwischenfall gegeben, bei dem ein Prozessgegner äußerst aggressiv aufgetreten war, eine Empfangsdame bedrohte und sie beinahe tätlich angegriffen hätte. Ein Vorfall, der bei den Anwälten

den Wunsch keimen ließ, künftig besser auf solche Angriffe reagieren zu können.

In vier Stunden wurden den Teilnehmern darum leichte, aber sehr wirkungsvolle Techniken der Selbstverteidigung vermittelt, wie etwa das Lösen von Griffen, Tritte und Schläge. Es wurde deutlich: Der beste Kampf ist der, den man nicht antreten muss. Darum waren auch solche Verhaltensweisen Teil der Unterrichtseinheit, die einen möglichen Konflikt nicht eskalieren lassen.

Weitere Infos zu den Selbstverteidigungskursen per E-Mail an Urs_Brand@Judo-Ingelheim.de oder unter Telefon 01 72/6 16 16 25 (Holger Meier).



Um sich künftig gegen mögliche Angriffe im Büro besser wehren zu können, hatte sich das Team der Anwaltskanzlei Kanzler, Kern und Kaiser Hilfe beim Ingelheimer Judoverein gesucht. Foto: Meier