



<https://biz.li/3to2>

# SCHÜTZENVEREIN SCHULT JUNGE MITGLIEDER IN SELBSTBEHAUPTUNG

Veröffentlicht am 15.03.2017 um 16:52 von Redaktion LeineBlitz

Die Jugendabteilung des Schützenvereins "Horrido" Ingeln war am Dienstag zu Besuch im Nachbar-Ortsteil. Im Saal des Restaurants "Alt-Oesselse" setzte Markus Baumann den Selbstverteidigungskursus aus dem vergangenen Jahr fort und 16 Kinder und Jugendliche waren ebenso aufmerksame wie aktive Teilnehmer. . Das Wissen und die praktischen Übungen vom letzten Mal wurden aufgefrischt, weiter vertieft und fortgeführt. Ein Schwerpunkt der zweistündigen Veranstaltung war wiederum der Themenbereich Prävention: Wie kann ich es vermeiden, überhaupt in bedrohliche Situationen zu geraten und wo finde ich Hilfe in Notsituationen? Wie verhalte ich mich alleine, mit meiner Freundin oder meinem Freund beziehungsweise mit einer Gruppe und was sollte ich tun, wenn ich in eine Situation komme, die mir Angst macht? An wen kann ich mich wenden und wie helfe ich mir selbst? Was mache ich, wenn ich sehe, dass andere sich in einer bedrohlichen Situation befinden, an wen und wie melde ich den Vorfall? Aber auch Hinweise, Ratschläge und insbesondere praktische Übungen für Situationen, wenn es doch zu einer bedrohlichen Lage gekommen ist, gehörten wieder zum Programm. Wie kann ich mich bei körperlichen Angriffen schützen, wie kann ich Schläge und Stöße abwehren oder mich aus Halte- und Würgegriffen befreien? Sehr diszipliniert und aktiv beteiligten sich die Kinder und Jugendlichen an mehreren verschiedenen Spielszenen, in denen etliche spezielle Tipps und kleine Tricks ausprobiert und geübt werden konnten. Ziel der zweistündigen Veranstaltung war die Schärfung der Aufmerksamkeit für Gefahrensituationen und die Stärkung des Selbstbewusstseins, und zur Belohnung für die engagierte Mitarbeit der begeisterten Schützenjugend gab es zum Abschluss einen altersgerechten Imbiss.



**Markus Baumann (rechts) zeigt den Kindern und Jugendlichen nützliche Techniken zur Selbstverteidigung.**