

Zeit	Gutsmuthalle - Matte 1	Gutsmuthalle - Matte 2	Gutsmuthalle - Matte 3	Gutsmuthalle - Matte 4	Dojo	Fröbhallen I	Gelände/Wiese od. Fröbhallen II - Treffpunkt Lobby	Gymnastikaal	Behörden- / Turnraum	Seminarraum (siehe Aushang)
14:00-17:00	MATTENAUFBAU ABENDESSEN									
17:30-19:00	BEGRÜßUNGSTRAINING für das BuSem 2024									
19:00-20:00	Besprechung der Referent:innen (Orga-Büro) mit Harald Born & Tom Ismer									
20:15-21:15	BEGRÜßUNG der Teilnehmenden in der Gutsmuthalle durch den Präsidenten Roland Köhler & Vize-Präsident Breiten Sport & Beaufrager BuSem Harald Born									

Zeit	Gutsmuthalle - Matte 1	Gutsmuthalle - Matte 2	Gutsmuthalle - Matte 3	Gutsmuthalle - Matte 4	Dojo	Fröbhallen I	Gelände/Wiese od. Fröbhallen II - Treffpunkt Lobby	Gymnastikaal	Behörden- / Turnraum	Seminarraum (siehe Aushang)
07:00-09:00	FRÜHSTÜCK									
09:30-10:30	BEGRÜßUNG der Teilnehmenden in der Gutsmuthalle durch den Präsidenten Roland Köhler & Vize-Präsident Breiten Sport & Beaufrager BuSem Harald Born									
10:30-11:30	Übergänge von Stand zu Boden mit Hebeltechniken	Abwehr Nelson- u. Doppelnuten Angriffe	Weiterführung abgewehrter Abwehrtechniken	Brazilian Ju-Jitsu - Regelwerk 1&1	Lernen durch verstehen: Hebel	Einzelstock Kontor und Entwürfungen	Capoeira "Fundamentos"	Verteidigen in beengten Räumen	Griffkampff. Löse- Kontrollschüden für Vollgasdritte 1	10
11:45-12:45	Striking und Setups (den KO vorbereiten)	Goshindo	Anwendungsformen 5. bis 1. Kyu: Eine Beispielübung Teil 1	Brazilian Ju-Jitsu	Dynamische Wurftechniken in Kombination	Harbo-Jutsu	Kleine Gemeinheiten für störende Trainingspartner* lernen	Ochsen / Infright	Griffkampff. Löse- Kontrollschüden für Vollgasdritte 2	70
12:45-14:00	MITTAGESSEN									
14:30-15:30	MMA "Best of Moments"	Kinder- und Jugendtraining	Ju-Jutsu, gegen und Weiterführungstechniken im Wurf	JJ Hebel/Atemi in Kombinationsmöglichkeiten I	Prüfungsvorbereitung SV Prüfung	Harbo-Jutsu Stockanwendung im Ju-Jutsu Profiproggramm	Verteidigung gegen Faustangriffe Teil I	Es gibt keine Regeln, wenn ich überleben möchte	Griffkampff. Löse- Kontrollschüden für Vollgasdritte 3	40
15:45-16:45	Schlagfolgen ohne und mit Stock Teil 1	Festlege- u. Aufhebetechniken in Verbindung mit Würfen im Ju-Jutsu	Distanz verstehen und kontrollieren (Part 1)	Brazilian Ju-Jitsu	Prüfungsvorbereitung SV Prüfung	Doppelstock Drills und Koordination	Goshindo	Cover and Crash	Griffkampff. Löse- Kontrollschüden für Vollgasdritte 4	40
17:00-19:00	ABENDESSEN									
19:15-20:45	Individuelle Vorbereitung auf die Bundesprüfung Ju-Jutsu (Offen für alle Teilnehmende)	Individuelle Vorbereitung auf die Bundesprüfung Ju-Jutsu (Offen für alle Teilnehmende)	41	42	43	44	45	46	47	48

Zeit	Gutsmuthalle - Matte 1	Gutsmuthalle - Matte 2	Gutsmuthalle - Matte 3	Gutsmuthalle - Matte 4	Dojo	Fröbhallen I	Gelände/Wiese od. Fröbhallen II - Treffpunkt Lobby	Gymnastikaal	Behörden- / Turnraum	Seminarraum (siehe Aushang)
07:00-09:00	FRÜHSTÜCK									
09:30-10:30	Ochsi Techniken im Ju-Jutsu	Gegen- u. Weiterführungstechniken	Messerabwehr gegen Angriffe in der Dackelhaltung	Brazilian Ju-Jitsu	Techniken in Kombination Selbstabwürfe (Sutemama)	Harbo-Jutsu Hebel- und Würfetechniken in der SV	Verteidigung gegen Faustangriffe Teil II	Kubotan + Alltagsgegenstände	Ultimate Gun Jutsu - Pistole als nicht/letales Einsatzmittel 1	Seniorsport Raum
10:45-11:45	JJ Hebel/Atemi in Kombinationsmöglichkeiten II	Messer Drills und Abwehr	Anwendungsformen 5. bis 1. Kyu: Eine Beispielübung Teil 2	Brazilian Ju-Jitsu	Submissions	"Meinungswörter" in der SV	Kinder- und Jugendtraining Outdoor	Funktionen unter Stress (Achtung: anstrengend!)	Ultimate Gun Jutsu - Pistole als nicht/letales Einsatzmittel 2	Seniorsport Raum
12:00-14:00	MITTAGESSEN									
14:30-15:30	Alles bei Banklage des Angreifers	Goshindo	Ju-Jutsu, Abwehren von Beintechiken	Pratzenbelt "Neel" Level 1	Prüfungsvorbereitung SV Prüfung	Eckernwürfe	Einzelstock Gruppendrills zur Stockabwehr	Verteidigung am Boden	Ultimate Gun Jutsu - Pistole als nicht/letales Einsatzmittel 3	Seniorsport Raum
15:45-16:45	Angriff-Abwehr-Folgen mit Übergang zu Ju-Jutsu Techniken Teil 1	Abwehr von Revers- u. Kragefassen	Ground and Pound (Bodenkampf + Strikung)	Brazilian Ju-Jitsu	Lernen durch verstehen: Würfe	Judo	Grundtechniken Harbo-Jutsu	Geschmacklosversäuber - Umgang mit Pfefferspray	Ultimate Gun Jutsu - Pistole als nicht/letales Einsatzmittel 4	Bericht von derzeit laufenden Projekt SV für selbstbildende und bildende Menschen Raum
17:00-19:00	ABENDESSEN									
19:15-20:45	Individuelle Vorbereitung auf die Bundesprüfung Ju-Jutsu (Offen für alle Teilnehmende)	Individuelle Vorbereitung auf die Bundesprüfung Ju-Jutsu (Offen für alle Teilnehmende)	41	42	43	44	45	46	47	48

Zeit	Gutsmuthalle - Matte 1	Gutsmuthalle - Matte 2	Gutsmuthalle - Matte 3	Gutsmuthalle - Matte 4	Dojo	Fröbhallen I	Gelände/Wiese od. Fröbhallen II - Treffpunkt Lobby	Gymnastikaal	Behörden- / Turnraum	Seminarraum (siehe Aushang)
07:00-09:00	FRÜHSTÜCK									
09:30-10:30	Ju-Jutsu Handabwehren, Aha Erlebnis Wurftechnik	Aktive Transitors (Striking zu TakeDown)	Messerabwehr gegen Angriffe aus der Nebendistanz	Brazilian Ju-Jitsu	Ju Jutsu Defence Kombinationen	Prüfungsvorbereitung für Menschen mit Beeinträchtigungen	Capoeira "Sequências"	Drills für die SV	Punch-Elbow-Hammer	"Umgang mit Stress" theoretische Einführung Teil 1 Raum
10:45-11:45	Gegentechniken in den Prinzipien Wurf, Hebel, Würfetechniken	Kinder- und Jugendtraining	Ju-Jutsu Verkettungen und Kombinationen	Brazilian Ju-Jitsu	Lernen durch verstehen: Kombinationen Teil 1	"Umgang mit Stress" praktische Umsetzung Teil 2	Restle SV Techniken Harbo-Jutsu	SV Training Basics (Kommunikation, Deszkalation, Espektations, Flucht)	Punch-Elbow-Hammer	Seniorsport Raum
12:15-14:00	MITTAGESSEN									
14:30-17:00	Prüfung Ju-Jutsu	Prüfung Ju-Jutsu	Prüfung Harbo-Jutsu	Vorbereitung auf Verfilmungen oder andere besondere Aktionen (Seminarfee)	Prüfung nach/ mit SV Kriterien	Seminartraining	Treffpunkt Vorraum Sporthalle	Kinder- und Jugendprogramm	Beachvolleyball	Treffpunkt Lobby
17:00-19:00	ABENDESSEN									
19:15-20:45	HABT IHR IDEEN ODER WÜNSCHE? CHALLENGE? Meldet euch bei Tom Ismer: breiten sport@djiv.de									

Zeit	Gutsmuthalle - Matte 1	Gutsmuthalle - Matte 2	Gutsmuthalle - Matte 3	Gutsmuthalle - Matte 4	Dojo	Fröbhallen I	Gelände/Wiese od. Fröbhallen II - Treffpunkt Lobby	Gymnastikaal	Behörden- / Turnraum	Seminarraum (siehe Aushang)
07:00-09:00	FRÜHSTÜCK									
09:30-10:30	Gegen- u. Weiterführungen im Boden für Ju-Jutsu	Goshindo	Re-Aktive Transitors (Striking zu TakeDown II)	Brazilian Ju-Jitsu	Judo-Drills und Koordinationstraining für Wurftechniken	Folgetechniken mit dem Stock	Capoeira	Sperren für die SV	EKA-Drills	Seniorsport
10:45-11:45	Catch & Sweep (Kicks fangen und zum Vorteil nutzen)	Abwehr von Stich- und Schnittwaffen Teil I	Sho-Mobon Ju-Jutsu	Brazilian Ju-Jitsu	Kubotan Drills und Anwendung	INKLUSION	Schlagfolgen ohne und mit Stock	Verteidigung gegen mehrere Angreifer	EKA-Drills	Seniorsport
12:00-13:00	MITTAGESSEN									
14:30-15:30	Kickboxen, Angreifen mit System	Abwehr von Stich- und Schnittwaffen Teil II	Pratzenkombinationen als Koordinationstraining	Brazilian Ju-Jitsu	Lernen durch verstehen: Kombinationen Teil II	INKLUSION	Jonglier-Workshop (Materiale steht bereit)	Verteidigung und Strategien gegen Bestätigungsgänge	frei	Grundlagen Abwehr von Schusswaffen Raum
15:45-16:45	Beingefreitechniken im Ju-Jutsu	Goshindo	Weiterführung abgewehrter Stocktechniken	Transaktions Bodenkampf (wenn es schnell gehen muss)	Kata Shoden Harbo-Jutsu	Mitbewerben, werben und vielleicht etwas anderes unternehmen um "besondere Gruppen" auf die Matte zu bekommen	Abwehr von Schusswaffen	Übergang Stand-Boden	Action-Reaktion	Seniorsport
17:00 - 18:00	Kickboxen / Altkamp	JJ Ideen Modern/Traditionel	Berj Special	Brazilian Ju-Jitsu - Open Mat	Training für die Show	156	166	167	168	171
17:00-19:00	ABENDESSEN									
19:15-20:45	SEMINARFEYE am Teich mit anschließendem Tanz in der Nacht									

Zeit	Gutsmuthalle - Matte 1	Gutsmuthalle - Matte 2	Gutsmuthalle - Matte 3	Gutsmuthalle - Matte 4	Dojo	Fröbhallen I	Gelände/Wiese od. Fröbhallen II - Treffpunkt Lobby	Gymnastikaal	Behörden- / Turnraum	Seminarraum (siehe Aushang)	
07:00-09:00	FRÜHSTÜCK										
09:30-10:30	Angriff-Abwehr-Folgen mit Übergang zu Ju-Jutsu Techniken Teil II	Abwehr von Kontaktschlägen II	First Contact - Die erste Abwehr zählt I	Brazilian Ju-Jitsu	Harbo-Jutsu	Hilfsmittel des Training interessant und möglich zu machen, egal ob Spitzensportler oder der Anfänger oder der Sportler mit Beeinträchtigungen	Capoeira Roda	Infright mit allen Mitteln	Wahl de Mittel und Bedürfnis in der Bodenlage	180	
10:45-11:45	Gegen- u. Weiterführungen bei Würfetechniken	Judo	Siddeck (Volo-Geri im MMA)	Brazilian Ju-Jitsu	Einfach spielen: Ju-Ju's TAT	Doppelstock Feuerwerk	Pratzenarbeit	Technik- u. Zugfunktionen nach dem Einsatz von Hebeln	Seniorsport	190	
12:00-13:00	MITTAGESSEN										
13:30-14:30	Abschlusstraining - COOL DOWN für das BuSem 2024								Aufbau u. Ausgestaltung des Seminartrainings Theorie	Zugfunktionstheorie	193

VERABSCHIEDUNG
 Samstag - für Spätabreisende bitte bis 10:00 Uhr Check-Out!
 Alle LE aus Theorie & Praxis werden zur Verlängerung der DÖSR/DIVV Breiten Sport- und Leistungssport-Lizenzen anerkannt. Für Verlängerungen Trainer:innen C-Lizenzen (BS/L) ist der jeweilige Landesverband zuständig!
 Es können ALLE an den Einhalten des Inklusions-Tags teilnehmen!
 Die blau gekennzeichneten Einheiten sind exklusiv für unsere Behördenmitarbeiter:innen! Ansprechpartner: Jörg Schmidt / Erich Louis / Ul. Muchow
 Die grün gekennzeichneten Einheiten sind exklusiv für unsere jüngsten Teilnehmenden! Treffpunkt immer am Eingang der Sporthalle - Jugend-Team: Analina Sturm 0176-22564214
 Alle Einheiten im BJ von Frank Burczynski und Denise Krahn werden jeweils zu Beginn der Einheit in Begleiter und Fortgeschrittene unterteilt und das Thema entsprechend unterrichtet.
 Tanz-Workshop-Einheiten werden separat ausgeschrieben: Tom Zimmermann 0176-31762167 / Qi-Gong-Einheiten: Mike Morris 0151-2406939
 Bei SCHLECHTEM Wetter ändert sich der Treffpunkt Gelände/Wiese zu Fröbhallen II (z. Hallenbahn im hinteren Teil)
 Verantwortlich: VpR Breiten Sport 0171-7731260 - Orga-Team: Harald Born 0177-3829268 - Tom Ismer 0176-22940049 - Med-Team: Silke Konzack 0176-22891650
 *Änderungen im Programm vorbehalten!