



Trauer besucht?



Dienstag, 30. November 2010

Verlagsservice

Login

Registrieren



Marler Zeitung

Suche

MEDIEN HAUS
ZEITUNG - RADIO - ONLINE
IM VEST RECKLINGHAUSEN
BAUER

NACHRICHTEN | LOKALES | SPORT | FREIZEIT | RATGEBER | BILDER/VIDEOS | ANZEIGEN | INTERAKTIV
Recklinghausen | Marl | Herten | Datteln | Oer-Erkenschwick | Waltrop | Castrop-Rauxel | Dorsten | Haltern | Zeitungstreff

Lokalsport | Leserbrief/Stellungnahmen

Drucken | Versenden | Social media icons

Selbstverteidigung

Angriffe abwehren

Von Meike Holz am 19. November 2010 10:05

RECKLINGHAUSEN. Glauben Sie, dass sie mit einem Kugelschreiber oder einem einfachen Blatt Papier einen Angriff abwehren können?

Artikel | Kommentare (0)



Matthias Lehwald (r.) beobachtet, wie ein Angriff mit einem Kugelschreiber abgewehrt wird. –Foto: Holz

Matthias Lehwald, der die japanische Kampfkunst „Bujinkan Budo Taijutsu“ bei der PSV trainiert, hat Kampfsportlern in einem zweitägigen Selbstverteidigungsseminar in der Romberghalle gezeigt, dass kleine Gegenstände im Notfall eine große Wirkung haben.

„Wir verwenden traditionelle Techniken in modernem Gewand“, sagt Lehwald, der mit den Teilnehmern Alltagssituationen simulierte – und das mit Hilfsmitteln, die im Notfall griffbereit sein dürften: Regenschirm, Schlüssel oder eben Kugelschreiber oder ein Blatt Papier. Das Bujinkan Budo Taijutsu setzt auf natürliche Reflexe, kleine Schläge sowie schmerzhafte Hand- und Armdrehungen, um Angreifer zu bezwingen...

Nähere Informationen über die Kampfkunst gibt es unter

www.kukandojo.de

REGIONALSPORT



Lösbare Aufgaben im WBV-Pokal

Lösbare Aufgabe für Citybasket McSolar Recklinghausen: Im Achtelfinale des WBV-Pokals trifft die Fünf von Trainer Georg Kleine auf den Zweitregionalligisten Capone

Düsseldorf. >> [zum Artikel](#)

UNSER SERVICE FÜR SIE

Sportsonderdienst

15.08.

NRW-Liga			25 DSC War
1 Rot-Weiß Essen	- VfB Homberg	1:0	Landeslig
2 Alemannia Aachen II	- VfB Hül	0:1	26 SW Watt
3 Westfalia Herne	- SSVg. Velbert	2:1	27 Fortuna I
4 VfB Speldorf	- SV Schembeck	2:2	28 TuS Heve
5 FC Wegberg-Beeck	- Westfalia Rhynern	2:0	29 FC Brunn
6 Sportfreunde Siegen	- SV Bergisch Gladbach	1:0	30 SW Eppe
7 Spvgg. Erkenschwick	- MSV Duisburg II	0:0	31 Arminia I
8 1. FC Kleve	- Fortuna Köln	0:3	32 Teutonia
Westfalenliga - Staffel 1			33 SG Langi
9 Hövelhofer SV	- SC Paderborn II	1:0	Landeslig
10 SuS Neuenkirchen	- FC 96 Recklinghausen	0:0	34 TuS Hilt
11 SV Spexard	- FC Gütersloh	2:5	35 Eintracht
12 VfB Fichte Bielefeld	- SV Lippstadt	1:3	36 SV Burgs
13 Hammer SpVg.	- FC Eintracht Rheine	3:2	37 TuS Hal

Alle Ergebnisse der Amateurligen auf einen Blick

MEISTGELESEN: MARL

1 **Auslieferungsfahrer niedergeschlagen**
Überfall in der Nacht

2 **Keine Verletzten**
Auto landet im Graben

3 **Opfer außer Lebensgefahr**
Blutiges Ende einer Familienfehde



Einen Tag nach dem Angriff auf einen Mann in einer Spielhalle in der Marler Stadtmitte hat die Polizei... >> [mehr...](#)

4 **Wintereinbruch**
Mit 20 Männern und Feuchtsalz gegen den Schnee

5 **Fußball Bezirksliga**
Fans feiern TSV: Besser geht's nicht