

# Eine Frau beherrscht

# JIU JITSU



An die falsche Adresse  
gokommen...

samen Parkwegen und hinter finsternen Häusern. Meistens bleibt es aber nicht beim Handtaschenraub, sondern sie würgen noch ihr Opfer und verwunden es in vielen Fällen schwer.

Aus unseren Bildern beweist die Engländerin Miss Phyllis Bottell wie eine verhältnismäßig schwache, aber gewandte Person sich gegen einen weitaus stärkeren Gegner mit Erfolg verteidigen und ihn sogar unschädlich machen kann. Allerdings muß sie mit den Geheimnissen des Jiu-Jitsu vertraut sein.

Und das nennt sich nun „schwaches“ Geschlecht...!



Jeden Tag melden die Zeitungen in ihren Lokalberichten Überfälle auf Frauen. Handtaschenmarder lauern auf ein-

jener japanischen Kunst der Selbstverteidigung, die in den letzten Jahren auch bei uns, in Deutschland, populär geworden ist.

Besondere Kurse wurden bereits für die deutsche Polizei eingerichtet und auch zahlreiche Schulen unterrichten Privatpersonen in diesem gewandten Selbstverteidigungssport, der auch vielfach unter dem Namen „Judo“ bekannt ist. Leider haben sich ihm bisher wenig Frauen gewidmet. Und gerade für die Frau hat er ganz besondere Bedeutung. Denn mit verhältnismäßig geringem Kraftaufwand werden geradezu wunderbare Abwehrwirkungen erzielt. Selbst ein Schwergewichtsmeister im Boxkampf ist einem Jiu-Jitsu-Meister gegenüber ziemlich hilflos.



Auch ein Angriff von rückwärts kann abgewehrt werden

Das Geheimnis des Jiu-Jitsu liegt hauptsächlich darin, daß man die Kraft des angreifenden Gegners geschickt für seine Zwecke ausnutzt. Den mit Wucht geführten Hieben wird ein hebelartiger Druck entgegengesetzt, der sich in Knochenbrüchen und Verstauchungen auswirkt.

Das hätte er sich nicht träumen lassen.



Strongfortismus ertüchtigt Ihren

Körper zum Jiu Jitsu (Beachten Sie bitte Seite 107)