

Selbstverteidigungslehrgang

Referent: Jürgen Kestner

Datum: 04. Juli 2020

Ort: Turnhalle Neukeferloh, Leonhard-Stadler-Straße 14, 85630 Neukeferloh

Ausrichter: Karateabteilung des TSV Grasbrunn-Neukeferloh

Veranstalter: TSV Grasbrunn-Neukeferloh

Trainingszeiten:

Seminarthema: aktuelle Fallbeispiele für SV-Situationen

10.00 bis 11.30 Uhr: Angreifer mit Gegenständen, abwehren und kontern

12.30 bis 14.00 Uhr: Selbstverteidigung im Freien, Gelände zum eigenen Vorteil nutzen

14.30 bis 15.30 Uhr: Selbstverteidigung aus der Bodenlage in den Stand

Prüfung: keine

Gebühr: Kinder, Jugendliche bis 18 Jahre 10,00 Euro, ab 18 Jahre 25,00 Euro

Informationen: www.karatedo.org, info@karatedo.org

Verpflegung: für das leibliche Wohl ist gesorgt

Sonstiges: Der komplette Lehrgang wird mit 5 UE berechnet.