



SELBSVERTEIDIGUNGS - INTENSIVLEHRGANG



Mit

Jürgen Kestner 7. DAN SV-Spezialist/ Ausbilder

09.11.2019 in Reutlingen

Deeskalation effektiver Selbstschutz - realistisches Situationstraining

Ausrichter: Karate-Team Reutlingen e.V.

Teilnehmer: ab 14. Jahre / stiloffen

Ort: Dietweg-Sporthalle in Reutlingen , Carl-Diem-Str. 130
72760 Reutlingen

Trainingszeiten: 09.30 - 10.30 Uhr Modul 1 Grundlagen / Basistechniken
10.45 - 12.00 Uhr Situationstraining I

12.30 - 14.00 Uhr Modul 2 Erweiterte Handlungskonzepte
14.30 - 16:00 Uhr Situationstraining II

16.45 Uhr DAN-Prüfung bis 5.DAN (SOK)

Alle Trainingsteile sind inhaltlich aufeinander abgestimmt.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich

Die DAN-Prüfung ist im Anschluss an den Lehrgang.

Verpflegung ist in der Halle möglich.

Kleidung: Strapazierfähige Alltagskleidung/ Gi + Hallenschuhe

Gebühr: 20,-- EUR

Info: Ekki Bader Tel.: 0178 350 350 1
E- Mail: ekki@karateteam.de

Haftung: Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung.