

Karate, SV und Waffenlehrgang

mit

Andreas Modl 8. Dan



in

Versmold (bei Gütersloh)

Ravensberger Strasse 33, 33775 Versmold

25.-26.02.2023

Trainingszeiten: Samstag von 13.00 Uhr - 18.00 Uhr

Trainingszeiten: Sonntag von 10.30 Uhr – 13.45 Uhr

Trainingsinhalte:

Hebeltechnik, Selbstverteidigung, Würfe und Ausweichen (Tai Sabaki). Fuß- und Fausttechnik nach Biomechanischen Grundsätzen. Die Stilrichtung die ihr betreibt ist unerheblich

Stocktechniken Hanbojitsu, Kihon, Kata und Partnerformen

Übernachtung: In der Halle mit Schlafsack möglich, günstige Pensionen bitte über Internet erfragen

Verpflegung: Zu fairen Preisen vor Ort

Kostenbeteiligung: 2 Tage 35,- Euro, 1 Tag 30,- Euro

Prüfungen am Sonntag bis 1. Kyu: AKS (Chi Do Kwan), Wado Ryu, SFK, Hanbojitsu