



SV-Kurs Refresh



am Samstag 23.06.2018 10:00-14:00 Uhr

in der Schulsporthalle Bredenbeck

Für alle Interessierte. Frauen und Männer ab 14 Jahren.
Die Kursgebühr beträgt für SGB Mitglieder 6 Euro und 10 Euro
für Nichtmitglieder pro Teilnehmer. Ausrichter und Veranstalter
lehnen jegliche Haftung ab. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

***Es ist nicht erforderlich an einem anderen Kurs
vorher teilgenommen zu haben!***

Inhalte:

Verteidigungshaltungen

Techniken zum Schutz gegen Angriffe zum Kopf

Abwehr von Tritten

Mehrere Angreifer

Bodenlage

Nothilfe

Anmeldung per E-Mail: info@karate-bredenbeck.de
oder telefonisch unter 05109-5649775

Ansprechpartner: Tobias Lorenz

2. Dan Shotokan Karate, DKV-SV Lehrer III



Weitere Kurse und Infos:
www.karate-bredenbeck.de

