



Bergsträßer Selbstverteidigungstag

Referenten und Themen:

Achim Hanke

(u.a. 8. Dan Ju-Jutsu, SV-Ausbilder, Lehrreferent des Ju-Jutsu Verband Baden):

Abwehr von Schlag-/Handangriffen (10. bis 5. Kup), Messerabwehr (ab 4. Kup – Trainingsmesser mitbringen)

Martin Wroblinski

(u.a. 5. Dan Taekwondo, Breitensportreferent Hessische Taekwondo Union):

SV-Prinzipien in den Poomsae

Florian Gutschalk

(1. Dan Taekwondo, Lehrer für Selbstverteidigung & Nervendruckpunkte):

Schmerzpunkte und Anwendungsbeispiele

Sandra Riebel

(1. Dan Taekwondo, Lehrer für Selbstverteidigung & Nervendruckpunkte, Juristin):

Schmerzpunkte und Anwendungsbeispiele; Grundlagen des Notwehrrechts

Informationen:

Datum: Samstag, 18.11.2017

Registrierung: 08:45 - 09:15 Uhr

Abschied: 16:30 Uhr

Adresse: [Nibelungenlandhalle Bensheim](#)

Wilhelmstr. 86 (Google Maps), 64625 Bensheim

Kosten: 15,00 € pro Teilnehmer

Graduierung: ab 10. Kup

Mindestalter: 14 Jahre (am Lehrgangstag)

Anmeldung: Voranmeldung per Mail an florian@taekwondo-bergstrasse.de. Bitte Name, Alter, Verein, Kup-/Dangrad angeben. Im Anschluss erhaltet ihr eine Mail mit den Daten für die Überweisung. Nach Eingang der Lehrgangsgebühr seid ihr verbindlich angemeldet.

Anmeldefrist: 11.11.2017 (Geldeingang)

Verpflegung: Selbstverpflegung. Bitte an ausreichend Wasser o.ä. denken.

Fragen: florian@taekwondo-bergstrasse.de

sandra@taekwondo-bergstrasse.de