

BUDO - LEHRGANG

MIT

WOLFGANG HERRMANN

(8. DAN JIU-JITSU, 4. DAN KARATEDO, 1. DAN AIKIDO, 1. DAN JUDO)

UND

MEIK BECK

(6. DAN JIU-JITSU, 3. DAN AIKIDO, 2. DAN KARATEDO)

SAMSTAG, 16. JANUAR 2010

SAKURA-DOJO
DUDWEILER LANDSTR.87 A - C
66123 SAARBRÜCKEN

LEHRGANGSTHEMEN:

KATA - BUNKAI

(SCHWERPUNKT: GEMEINSAMKEITEN ZWISCHEN KARATE UND JIU-JITSU)

JIU-JITSU - BODENKAMPF

(SCHWERPUNKT: VERTEIDIGUNG GEGEN SCHWITZKASTEN)

ABWEHR VON MESSERANGRIFFEN

(SCHWERPUNKT: „EINFACH ABER EFFEKTIV“)

LEHRGANGSZEITEN:

13.00 – 17.00 UHR

(MIT PAUSEN)

ANMELDUNG UND SELBSTÄNDIGES AUFWÄRMEN AB 12.30 UHR

LEHRGANGSGEBÜHR:

20 €

ANMELDUNG UND INFO'S UNTER:

MEIK.BECK@GMX.DE

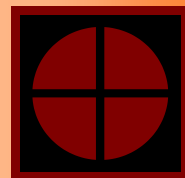
ODER

MOBIL: 01 70 - 4 12 52 66

TEL.: 0 68 94 - 9 66 79 85

DER LEHRGANG IST VERBANDS- UND STILOFFEN.

DIE TEILNAHME ERFOLGT IN EIGENER VERANTWORTUNG UND AUF EIGENES RISIKO.



養
心
體
武
道
研
究
會