

Lehrgang mit

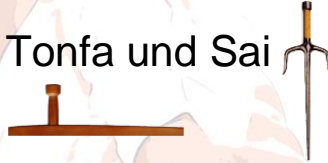
Gerhard Scheuriker

6. Dan Karate
5. Dan Kyusho-Jitsu
5. Dan Kobudo



Thema: Kobudo s.i.m.p.e.l. beigebracht

Bo, Tonfa und Sai



Wann: **Sonntag, den 22. September 2024**

Übungszeiten: **10:00 – 15:00 Uhr** mit Pausen

Wo: **Sporthalle des Turnverein Friedrichstal 1899 e.V.,
Herrmann-Löhns-Str. 2, 70297 Stutensee**

Lehrgangsgebühr: **25 €**

Inhalt: In diesem Kurs wird der Umgang mit den drei Kobudo Waffen Bo (langer Stock), Tonfa (Schlagstock mit Quergriff) und Sai (Metall Dreizack) beigebracht. Die Übungen und die Wahl der Waffen werden durch den aktuellen Kenntnisstand bestimmt. Die Ausbildung beginnt mit dem Bo, darauf folgt das Tonfa und dann das Sai. Im ersten Schritt wird die Kontrolle im Angriff erlernt. Im Folgenden wird die Verteidigungsfähigkeit aufgebaut. Danach werden die Techniken verfeinert und Kata erlernt.

Info: Gerhard Scheuriker 0177 31 61 289 oder
info@gerhard-scheuriker.de

Haftung: Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.

Lust auf mehr?

Ab Oktober jeden Freitag von 18- 19:30 Uhr beim TV Friedrichstal