

10 Jahre

KAMPF
KUNST
DOJO
DETMOLD E.V.



Jubiläumslehrgang

mit **Ludwig Binder**

Samstag 11. Juni 2016

- Ort: Sporthalle Bachschule, Emilienstraße 37-41, 32756 Detmold
- 10:00 Begrüßung
- 10:15 – 11:30 Trainingsbeginn (Es wird für diesen Lehrgang keine Gruppeneinteilung erfolgen.) Thema: Angriffe mit den Armen (Schlag, Stoß und Festhalten/ Umklammern)
- 11:30 – 12:30 Thema: Befreiung aus Hebeln, Würgeangriffen im Stehen und aus der Bodenlage
- 12:30 – 13:30 Mittagspause
- 13:30 – 14:00 Angriffe mit Waffen, reagieren auf Finten und Täuschungen
- 14:00 Ende des Lehrgangs und Verabschiedung von Ludwig Binder

Kontakt und Infos
karate@dojo-detmold.de



Partner des Sports