

Selbstverteidigung - Aufbaukurs

ab 29. April 2019

Ausrichter:

Goju Kai Dojo Heilbronn e.v.
Goju Ryu Karateverein

Inhalte:

Verhalten in bedrängenden Situationen
Intuitive Reaktion und Bewegungsmuster
Abwehr von realen Faust- und Fussangriffen
Befreiungstechniken beim
Halten, Umklammern und Würgen
Nutzen der Vitalen Punkte

Info + Anmeldung:

<http://karate-sv-heilbronn.de/sv2/>
Felix Kiesevalter: 0176 49344013

Anmelde-Voraussetzungen:

Mindestalter: 14 Jahre
Erfahrungen: *Teilnahme am Einsteigerkurs*

Ort:

Mönchseehalle Heilbronn
Karlstrasse 44
74072 Heilbronn
Halle im Untergeschoss

Gebühr:

25 €

Dauer:

5x 1,5h

Kurszeiten:

18:30 Uhr – 20:00 Uhr
29.04.2019; 06.05.2019;
13.05.2019; 20.05.2019;
27.05.2019
(montags)

Trainer:

Felix Kiesevalter
Claudia Haag



GOJU-KAI-DOJO



HEILBRONN E.V.
www.karate-sv-heilbronn.de