

古
武
道

Turnverein-Nierstein : Kobudo/Karate

空
手
道

KARA (Leere)

TE (Hand)

DO (Weg)

Kobudo Seminar -

Kampfkunst mit den Bauernwaffen Okinawas
am Samstag, den 31. März 2012
in der Rundsporthalle
55283 Nierstein; Rossbergstrasse



Beginn 10:00 Uhr
Ende ~ 16:30 Uhr

Themen (Bo/Langstock und Hanbo/Kurzstock):

Bo - Grundtechniken (10:00 - 11:15 Uhr)
Kata Bo-Nidan (11:30 - 12:45 Uhr)
Hanbo - Grundtechniken (13:30 - 14:45 Uhr)
+ SV-Techniken (15:00 - 15:30 Uhr)
+ Kata Hanbo-Sandan (15:45 - 16:30 Uhr)



Stöcke bitte mitbringen

Bo - ca. 1,85 m lang und ca. 2,5 cm dick

Hanbo - ca. 1,00 m lang und ca. 2 cm dick
(Baumarktware)

Lehrgangsgebühr: 20,00 € - Jugendliche bis 18 J. - 15,00 €

Getränke und Verpflegung bitte selbst mitbringen

(der Gesamtbetrag der Teilnehmergebühren wird an ein Heim für
traumatisierte Kinder in Fukushima gespendet unter dem Motto
,auch ein Jahr danach vergessen wir Euch nicht')

Trainingsleitung: Klaus Hummel
klaus.hummel@tvn-1901.de

Hanbo - Nidan
Kobudo - Nidan
Karate - Shodan
Bo-Jutsu - Shodan