

...Selbstverteidigung...

Selbstverteidigung am Boden – SV III

Leitung	BKV-Referent Selbstverteidigung, Rudolf Schwalda, DKV-SV Lehrer und B-Trainer SV
Datum	22. Februar 2020, 09:30 – 14:00 Uhr incl. Pausen
Ort + Ausrichter	Tasai Dojo Weyhe (SC Weyhe 1913 e.V.) Sporthalle der Grundschule Erichshof Hombachstrasse 49 - 28844 Weyhe
Anfahrt	Siehe www.aks-karate-weyhe.de
Inhalt	Selbstverteidigung und Befreiungsmöglichkeiten in Boden-Szenarien.
Kosten	20 € / Kurstag bei Anmeldung und Vorkasse bis zum 08.02.2020, Überweisung auf das Konto IBAN DE43 2915 1700 1130 1763 14 BIC BRLADE21SYK Zweck: SV-III-„Name Kursteilnehmer“ Ab 09.02.2020 und Tageskasse 25€
Für	Frauen und Männer, ab 16 Jahren Vorkenntnisse/Budo-Graduierung nicht erforderlich
Info + Anmeldung	aks-rudi@gmx.de selbstverteidigung@bkv.de 0174 / 9479917

Wegen begrenzter Teilnehmerzahl ist eine vorige Anmeldung zwingend erforderlich!

In diesem Lehrgang wird Interessierten – auch ohne Vorkenntnisse oder Budograduierungen – grundlegendes zur Selbstbehauptung und zur Selbstverteidigung vermittelt. An diesem Lehrgangstag unserer Kursreihe zur Selbstverteidigung wird speziell die Verteidigung und die Befreiung aus Boden- und Wandsituationen vermittelt und geübt, also z.B. zu Boden gehen ohne Verletzung, Befreiung aus Mount- oder Guardposition, Verteidigungshaltung Boden, risikoarmes verlassen der Bodenlage, etc.... Auf Teilnehmerwünsche wird eingegangen.

Während der Veranstaltung werden ggf. Bild- und Videoaufnahmen gemacht. Diese werden ggf. in den Medien des BKV, des DKV, sowie der Öffentlichkeitsarbeit genutzt. Mit der Teilnahme wird – sofern nicht bei Kursbeginn ausdrücklich widersprochen wird - dazu das Einverständnis erklärt. Eine Haftung wird nur im gesetzlichen Rahmen übernommen.