



Selbstverteidigung

13. & 14. April 2019



für Kinder, Frauen und Männer



Sensei Ronny Thiem:

6. Dan TCK-System, 3. Dan Karate,
3. Dan Taekwon-Do, 1. Dan Aikido,
1. Dan Shootfighting, 1. Dan Ju-Jitsu,
1. Dan Hama-Ryu-Jutsu, 1. Dan
Hanbo-Jitsu



Themen:

- Selbstbehauptung/Selbstverteidigung
- Verhalten in Stress- und Gefahrensituationen
- Befreiungstechniken
- Abwehr von Schlägen und Tritten
- Verteidigung gegen Situationen in der Bodenlage

Trainingszeiten:

Samstag: 10:00 - 12:00 ab 8 Jahren
13:00 - 16:00 ab 12 Jahren
Sonntag: 10:00 - 12:00 ab 8 Jahren

20,00 € / Jugendliche, SKV- & TKC-Mitglieder 10,00 €
30,00 € / Jugendliche, SKV- & TKC-Mitglieder 15,00 €
20,00 € / Jugendliche, SKV- & TKC-Mitglieder 10,00 €

Trainingsort:

Glück-Auf-Grundschule
Straße der Stahlwerker 8
01705 Freital

Anmeldung bis 07.04.2019

Marco Herrmann

0176 / 21 25 44 86
marco@shotokan-freital.de

www.shotokan-freital.de
www.tck-system.de



Selbstverteidigung

Termin: 13./14. April 2019

in: Freital

Trainingszeiten:

Samstag 10:00 - 16:00

Sonntag 10:00 - 12:00

weitere Infos unter:

www.shotokan-freital.de

Themen:

- Verhalten in Stress- & Gefahrensituationen
- Befreiungstechniken - Schwerpunkt am Boden
- Abwehr von Schlägen und Tritten in der Bodenlage

Trainingsort:

Glück-Auf-Grundschule
Straße der Stahlwerker 8
01705 Freital

Anmeldung bis 07.04.2019

marco@shotokan-freital.de



www.shotokan-freital.de