



je 2 Stunden

Selbstverteidigung

für Jugendliche (10-14)

14. / 21. / 28. Juni und 16. August

von 10 – 12 Uhr

Schierloh Engineering Halle TSV Süstedt

Trainer: Enrico Stumpf-Siering, 1.Dan Karate
SV-Lehrer Platin im DKV – Trainer A Breitensport Karate/SV

Prinzipien der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung, Grundtechniken zur Abwehr von Faustschlägen und Würgeangriffen, Bodenkampf, Tritte, einfache Hebeltechniken

TSV Süstedt-Mitglieder frei, Nichtmitglieder 39 EUR



Einzahlungen für SV-Kursgebühren:

TSV Süstedt v. 1947 e.V.

IBAN DE19 2569 1633 4110 4641 00

bei Volksbank Niedersachsen Mitte

BLZ/BIC GENODEF1SUL

Zahlungsgrund: SV-Kurs < Vorname Name >

