



Kampfsport-Seminar

mit

Frank Witte

- 6. Dan Ju-Jutsu
- 4. Dan Kamp Ju-Jutsu
- World Cup Winner 1993
- 2-facher Europameister im Ju-Jutsu Wettkampf
- 14-facher Deutscher / Internationaler Deutscher Meister

Inhalt: Spezielles Selbstverteidigungsprogramm für Kinder
Selbstverteidigung für Erwachsene
Wettkampftechniken aus dem Ju-Jutsu / Allkampf / MMA

Wer: Alle interessierten Kampfsportler (Verbandsaffen)

Wann: Samstag, 20.11.2010 10.30-12.00 Uhr SV für Kinder
Samstag, 20.11.2010 13.00-17.00 Uhr SV für Erwachsene
Sonntag, 21.11.2010 11.00-15.00 Uhr Wettkampf JJ / Allkampf

Wo: Sportzentrum Diespeck , Eymoutiers Str. 2 , 91456 Diespeck

Kosten: Kinder 5 Euro, Erwachsene 1 Tag 20 Euro, 2 Tage 35 Euro

Ausrüstung: Kinder im Kampfanzug
Erwachsene im Rush-Guard oder robuster Trainingskleidung,
Turnschuhe, Schutzausrüstung,
Wettkampf im Kampfanzug und Rush-Guard (T-Shirt),
Schutzausrüstung

Infos u. Anmeldung: Holger Tanzberger, Tel. 09161-62981 bzw.
holgerxanja@gmx.de

Bankverbindung: Sparkasse Diespeck , DTV Diespeck , Konto 532 861
BLZ 762 510 20 Name und Stichwort „Frank Witte“

Haftungsausschluss! Voranmeldung schriftlich, telefonisch oder per eMail. Eine Teilnahme kann nur bei vorheriger Bezahlung zugesichert werden!

