



NORDHAUSEN

Sporthalle des Humboldt-Gymnasiums

Blaslistraße 15/16

D-99734 NORDHAUSEN

Frank Pelný

8. DAN Karate, 5. DAN Ryūkyū Kobudō, 4. MG SaCO
&

Sebastian Edelmann

5. DAN Karate, 5. DAN Ryūkyū Kobudō, 1. MG SaCO

stiloffenes Event

SELBSTVERTEIDIGUNG

♣ **Lehrgangsteilnahme erst ab 14 Jahre** ♣

11.00 - 11.15 Uhr	Begrüßung & Erwärmung	
11.15 - 12.15 Uhr	Tessen	Grundlagen & SaCO-Tessen-Drill
12.30 - 13.30 Uhr	Tessen	Verteidigungen mit Tessen
14.00 - 14.30 Uhr	Theorie	vitale Körperpunkte
14.45 - 16.00 Uhr	waffenlos	SaCO-Griffbefreiungen
ab 16.00 Uhr	SaCO-Graduerungs- und Lizenzprüfungen	

Lehrgangsgebühren:
Prüfungsgebühren:

EUR 25,00 (SaCO-Mitglieder = 20,00 EUR)
gemäß den gültigen SaCO-Ordnungen

Ausrichter / Informationen:

KARATE-DO-KWAI NORDHAUSEN e.V.
Postschließfach 10 05 10, D-99725 NORDHAUSEN
☎ +49 - (0)3831 - 60 47 36
E-Mail: info@saco-defense.de

Der Ausrichter und die Lehrgangsleitung übernehmen keine Haftung für Schäden jeglicher Art!
Die Teilnehmer sind einverstanden, dass sie während des Lehrgangs fotografiert werden und diese Fotos veröffentlicht werden können!

SaCO® - SELF-DEFENSE and CLOSE COMBAT ORGANIZATION

♣ **Systematisierte Selbstverteidigung für Jedermann** * Militärischer Nahkampf * GJOGSUL ♣

Mitglied im Thüringer Karate Verband e.V., anerkannt vom Fallschirmjäger Traditionsverband Ost e.V.