



TSV Achim 1860 e.V.

Iain Abernethy

31.08. bis 01.09.2019

Training für alle Kyu und DAN-Grade offen

Lehrgangsort

Sporthalle des Cato Bontjes van Beek-Gymnasiums
Bergstr. 26 in 28832 Achim
(Anfahrt über A 27, Ausfahrt Achim-Ost)



Das Seminar wird in englischer Sprache abgehalten. Eine Übersetzung erfolgt bei Bedarf.

	Samstag 31.08.2019	Sonntag 01.09.2019
10:00-12:00	The real applications of "blocks" and hikite - We will look at the historical applications of the "pulling hand" (hand on hip) and the motions now commonly labelled as "blocks"	Structuring Live Drills - how we can ensure sparring / live drills are productive, safe and enjoyable Protecting others - the basics of protecting friends and loved ones
12:00-13:00	Mittagspause	Mittagspause
13:00-14:45	Karate Joint Locks - core principles of joint locks and how we can use locks in real situations	Looks weird; Works well! In this session we will look at the bunkai for some of the more "unusual" moves in kata
14:45-15:00	Pause	Ende
15:00-17:00	Impact Drills - a whole series of focus mitt drills to show how we can develop this key skill Fighting in confined spaces and from non-ideal positions - how to deal with the environment and turn it to our advantage	nach Hause....

Bitte, wenn möglich, Pratzen mitbringen!

Lehrgangsgebühr (Teilnehmer ab 16 Jahren)

50€ für beide Tage

30€ für einen Tag

Wir bitten möglichst um eine Voranmeldung, da die Gesamtteilnehmerzahl begrenzt ist.

Den Gesamtbetrag bitte unter Angabe des/der Namen und Stichwort LG Abernethy 2019

bis spätestens 7 Tage vor dem Lehrgang auf das folgende Konto überweisen:

TSV Achim Karate

Kreissparkasse Verden

IBAN: DE30 2915 2670 0011 2723 33

BIC: BRLADE21VER

Verpflegung

wird in der Cafeteria der Sporthalle angeboten.

Haftung

Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung für Schadensfälle aller Art ab. Mit der Teilnahme am Lehrgang wird das Einverständnis zur Veröffentlichung von Fotos und Filmen erteilt.

Weitere Infos:

Homepage: www.tsv-achim-karate.de

www.facebook.com/karate.tsv.achim

E-Mail: tsv-achim-karate@gmx.de