

30 Jahre Karate im VfL Jubiläumslehrgang

Fiore Tartaglia
Milleniumstrainer
Buchautor

Bernd Busse
A-Trainer
KVSH SV-Referent

Marcel Redder
B-Trainer
Leistungssport

- Datum:** 29. Oktober 2022
- Zeit:** 09:00 - 17:00
- Ort:** Bertha-von-Suttner Schule
Dösselbuschberg 40
21502 Geesthacht
- Veranstalter:** VfL Geesthacht von 1885 e.V.
- Teilnehmer:** Stilrichtungsoffen und für alle Interessenten
- Lehrgangsgebühren:** **kostenfrei für alle Teilnehmer**
- Haftung:** Eine Haftung jeder Art wird ausgeschlossen.
- Ansprechpartner:** Marcel Redder (marcel.redder@vfl-geesthacht.de)
- Verpflegung:** Kaffee und Kuchen kann erworben werden
- Themen:**
- | | |
|---------------|---------------------------------------|
| 09:30 - 11:00 | Selbstverteidigung & Selbstbehauptung |
| 09:30 - 11:00 | Heian Sandan & Bunkai |
| 11:15 - 12:45 | Sound-Karate für alle |
| 13:30 - 15:00 | Bassai Sho & Bunkai |
| 15:15 - 16:45 | Gankaku & Bunkai |



Auf der Veranstaltung werden Film- und Tonaufnahmen sowie Fotos gemacht, mit deren auch späteren Verwendung Sie sich durch den Besuch der Veranstaltung einverstanden erklären.



公益社団法人

日本空手協会
JKASHOKUKAI



DKV



mein
VfL