



ALL SELF DEFENCE

Lehrgang

Anfänger und Fortgeschrittene

- Veranstalter:** Bushido Oyten
- Ausrichter:** TV Oyten e.V. -Judo-
- Datum:** Samstag, **13.01.2018**
- Ort:** Sportzentrum Oyten, Stader Straße 90, 28876 Oyten
- Teilnehmer:** interessierte Frauen und Männer (Jugendliche ab 16 Jahren)
Über Ausnahmen entscheidet die Lehrgangleitung und der Veranstalter!
T-Shirt, Jogginghose, Budogi / Barfuß oder Mattenschuhe

Lehrgangleitung:

Renshi Alexander Sworowsky



- 5. Dan All Self Defence
- 5. Dan Master Instructor des Special Forces Combat Karate
- 1. Dan Yamabushi Ryû Kenjutsu
- Gründungsmitglied des Bushikan e.V. im Jahr 2004
- Sektionsleiter des All Self Defence
- Mitglied der Jiu-Jitsu International
- Mitglied der International Black Belt Association
- Mitglied der DJJU
- Mitglied des Yoshinkan International

Instuctor Stefan Czerwinski



- 2. Dan All Self Defence
- Lehrer des All Self Defence
- Mitglied des Bushikan e.V. in Herne
- Mitglied der Jiu-Jitsu International
- Mitglied der International Black Belt Association
- Mitglied des Yoshinkan International

Zeitplan: **Beginn:** 11:00 Uhr / **Ende:** ca. 17:00 Uhr (Änderungen des Zeitplans sind möglich)
Mittagspause ca. 30 Minuten ca. 13:00 Uhr / Catering vorhanden

Inhalte: **Einführung in das System „All Self Defence“**
Im Gegensatz zu anderen Kampfkünsten ist ASD nicht an Traditionen gebunden, vielmehr stellt ASD eine moderne Facette der Kampfkunst dar. Weniger starre Regeln und mehr Bezug auf alltägliche Situationen bieten eine Abwechslung zur traditionellen Kampfkunst und sind eine Bereicherung für Jeden. Lasst Euch überraschen!

Meldungen: **Teilnehmermeldungen bis 06.01.2018 (Name, Jahrgang, Verein) bitte an:**
Dôjô-Leiter und Sensei Jörg Rafalski ; E-Mail: bushido@tv-oyten.de
Info-Telefon: 04207 / 98 98 55 oder 0175 5217035

Kosten: **15,00 Euro pro Teilnehmer** / Bezahlung erfolgt am Lehrgangstag.

Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.
Das Betreten der Trainingsstätte mit Straßenschuhen ist verboten!