

ESCRIMA

Seminar - LEVEL 1



**Training mit Kurzstöcken
Handhabung in der Selbstverteidigung
Formen mit und ohne Partner
Verteidigung und Gegenangriff
Der letzte Teil findet unter „Schwarzlicht“ statt und
die Stöcke werden vorher mit Leuchtfolie beklebt.**

Die Teilnahme zählt zum „Meister der Elemente“ für den Bereich „Holz“ und es gibt einen Streifen für den Gürtel.

Freitag, 24. Januar 2013

**Beginn: 17:00 Uhr bis ca. 19:30 Uhr - - - 35,00 € incl. 2 Escrima-Stöcke
(25,00 € ohne Escrima-Stöcke, falls diese schon vorhanden sind)**

begrenzte Teilnehmerzahl – ab 8 Jahre u. Erwachsene – Nur mit vorheriger Anmeldung bis Mittw. 22. Jan.

✂.....

Hiermit, wird das unten genannte Mitglied verbindlich zum ESCRIMA Seminar Level 1 angemeldet.

Datum

Schülername

Unterschrift Eltern / Erziehungsberechtigter

bez.