



30. KAMPFSPORT WORKSHOP

29.04.2023

10.00 h – 18.00 h

1
.
J
u
d
o
C
l
u
b
B
ü
r
s
t
a
d
t

Referenten:

Markus Klemm	Lakan Apat 4.Dan Filipino Fighting Arts, Katulong Guro 3.Dan IKAEF / Kali Sikaran, 4. Dan Ju-jutsu, 1. Lehrergrad JKD
Luca Demeco	Capoeira Mestre, Black Belt BJJ
Erik Stadel	1.Dan Jiu-jitsu
Klaus Schmidt	5. Dan Jiu-jitsu, 4. Dan Ju-jutsu, 3. Dan / Lakan Tatlo Modern Arnis

Wo:

Sporthalle der Erich Kästner Schule
(Zugang zur Sporthalle erfolgt über den Hintereingang)
Wolfstraße 23
68642 Bürstadt

Anfahrt:

<https://goo.gl/maps/4wuU5awzRVg15kpK6>

Anmeldung:

www.1jcb.de
oder unter:

Trainer: Klaus Schmidt
schwabe07@web.de

Gebühr:

20,- Euro
25,- Euro (bei Nachmeldungen nach dem 22.04.2023)

Sonstiges:

Trainingsutensilien (2x Stock ca. 60 cm, Trainingsmesser, Handpratzen, etc) sind mitzubringen. Schutzkleidung nach eigenem Ermessen.

Haftung:

**Der Ausrichter übernimmt keine Haftung.
Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung**

Programmablauf:

10.00 h – 11.45 h	Markus Klemm	=>	FFA – Doppelstock Sinawalis, Anwendung verschiedener Prinzipien, Entwaffnungen, etc.
12.15 h – 14.00 h	Luca Demeco	=>	Capoeira
14.15 h – 16.00 h	Erik Stadel	=>	Jiu-jitsu Technikdrills und Weiterführung unter Berücksichtigung von Timing und Dynamik
16.15 h – 18.00 h	Klaus Schmidt	=>	Modern Arnis – Einzelstock Verteidigung Stock gegen Stock und Übertragbarkeit auf die waffenlose Selbstverteidigung