

Der
TSV Lützelburg

lädt zum Messer-Seminar mit

Michael Schwindel
3. Dan Aikido

ein



9. November 2013
in Lützelburg (Theaterheim)

Trainingszeiten:

Samstag von 10.00 bis 14.00 Uhr mit kleineren Pausen

Thema:

- Verhalten eines Angreifers mit Messer
- Grundlagen der Verteidigung
- Techniktraining

Mitzubringen:

- Wenn möglich ein Übungsmesser
- Altes weißes T-Shirt