



Sanjuro Dojo

Die ganz besondere Kampfkunstschule
in Regensburg

SV-Crossover-Workshop 24.03.2018

Konzept:

Wir laden alle interessierten Schulen/Kampfsportler/Kampfkünstler ein, sich einen Samstag lang gemeinsam mit uns mit dem Thema Selbstverteidigung zu beschäftigen, die jeweils eigenen Konzepte und Ideen im Kreise anderer Interessierter vorzustellen, gemeinsam zu trainieren und aktuelle Themen zu diskutieren.

Alle Trainer/Schulleiter/Kampfkunstlehrer sind eingeladen, selbst ein Thema vorzustellen!

Zeitplan (Übersicht): (Wird nach Eingang aller Anmeldungen aktualisiert)

10:00h	Besprechung Themenfolge und Zeitplan Referenten
10:15h	Warm-Up
10:30-13:30h	Vorstellung Themen, gemeinsames Trainieren der jeweiligen Konzepte/Techniken
(Pause)	
14:15h bis 16:30h	Crossover-Session: Trainer und Fortgeschrittene (Brauner Gürtel oder vergleichbar): Freie Diskussion, Testen und Weiterentwickeln von Technik, Taktik und Konzepten Schüler: Ausarbeiten von gestellten Themen in der Gruppe
Ab 16:30h	Forum: Vorstellung der Ergebnisse der Crossover-Sessions
19:00h	Diskussion in gemütlicher Runde (Ort: Pizzeria)

Weitere Infos und Anmeldung:

Christina Schreier: schreier_christina@web.de tel. 0172 2541969

Unkostenbeitrag: 15 €/Person (Referenten/Trainer frei)

Veranstaltungsort: Sanjuro Dojo Regensburg, Thundorferstr. 4, 93047 Regensburg.
(Info Anfahrt: sanjuro-doj.com)

Bitte beachten: SV-Workshop, daher Tiefschutzpflicht für Männer. Brustschutz für Frauen wird empfohlen (wenn vorhanden).