

Shugyosha-Dojo Nierstein



KOBUDO / BO & TONFA

und mehr; Lernen UND SPAB

Sonntag, 07. Dezember 2025

Geeignet auch für Ungeübte, Neugierige,
Kampfkünstler aller Stile

Kein Kampf-/Wettkampftraining!!!



- 10:00 – 10:20 Uhr – Aufwärmen (Raymund)
- 10:35 – 11:45 Uhr – Ashi-Sabaki/Schritte (Fee)
– Renshuho Ichi (Fee)
- 12:00 – 13:00 Uhr – Tonfa Basics (Achim/Klaus)
- 45' Pause (Passeintrag für DKV-Mitglieder)
- 13:45 – 14:45 Uhr – Tonfa / Bo Partnertraining
- 15:00 – 16:00 Uhr – TaeBo Fitness (Raymund)

Kosten: 25 €; Jugendliche bis 18 J. = 20 €

... bitte anmelden unter:

infohummel@online.de

Seminarleitung:

Klaus Hummel

Karate/Kobudo Yondan



Raymund Wacker

Karate/Kobudo Yondan
Fitnesstrainer

Achim

Karate/Kobudo Yondan

Fee

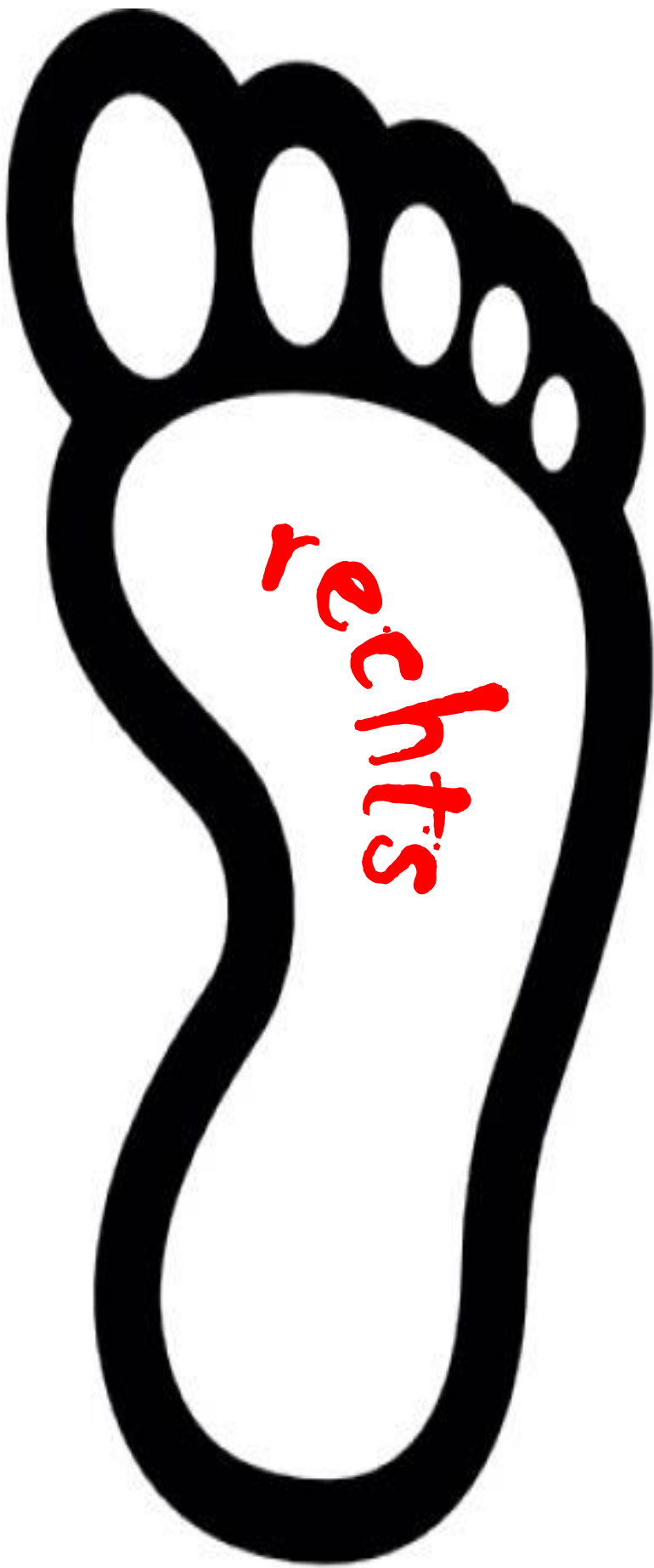
Shodan Karate/Kobudo

妖
精



Veranstaltungsort:
Turnhalle der Grundschule
Ernst-Ludwig-Str. 22
55283 Nierstein





rechts