



SYSTEMA

RUSSIAN MARTIAL ART



Am 25. und 26. August 2018 findet ein SYSTEMA-Seminar mit Ingolf Weiß (SYSTEMA-Instructor aus Jena) bei der Chin-Woo-Schule Lübeck e.V. statt.

Thema sind flexible Waffen. Hierbei wird es darum gehen, sich mit den psychischen und emotionalen Zusammenhängen und der Handhabung zu befassen.

Natürlich beschäftigen wir uns auch mit Atmung, Form und Zustand...

Teilnahme: Das Seminar richtet sich an alle Kampfsportler; es ist stil- und verbands offen.

Mindestalter 18 Jahre!

Benötigt werden bequeme Trainingskleidung sowie saubere Hallen- oder Mattenschuhe.

Ort: Chin-Woo-Schule Schwartauer Allee 84, 23554 Lübeck

Zeit: Sa, 25.08.2018, 12.00-17.00 Uhr
So, 26.08.2018, 10.00-15.00 Uhr

Kosten: 55,- € beide Tage/40,- € ein Tag, Schüler und Studenten 50,-€/35,-€ bar vor Ort

Um Voranmeldungen wird gebeten damit wir planen können!

Haftung: Der Veranstalter/Ausrichter/Referent übernimmt keine Haftung!

Abends ist ein gemeinsames Essen geplant!

Anmeldung und Infos: Sven Schäfer
sven.schaefer@ymail.com