

14. Systema- Seminar in Jena/Thüringen

Referent: Andreas Weitzel

Seminarthema: Am ersten Seminartag beschäftigen wir uns mit dem Bodenkampf bzw. dessen Vermeidung. Wenn du schon immer wissen wolltest wie man sich gegenringerische Angriffe z.B. von Judokas, Ringern oder BJJ-lern verteidigen kann, dann ist das ein wichtiges Thema für dich. Am zweiten Seminartag werden wir uns intensiv damit auseinandersetzen, welche taktischen und technischen Möglichkeiten bestehen um sich in der Bodenlage gegen Angriffe von stehenden Angreifern verteidigen können. Wer also seinen Fokus in der alltagstauglichen Selbstverteidigung sieht, ist hier genau richtig.

Datum/Zeit: Samstag : 13.10.18 von 12.30-17.30 Uhr, Sonntag:
14.10.18 von 10.00-15.00 Uhr

Kosten: beide Seminartage 65,-€, ein Tag 35,-€, Mitglieder der Systemaschule Jena erhalten 10,-€ Rabatt

Kontakt: 0176/41067425 oder rma-thueringen@gmx.de

Ort: Tanzstudio P 70, Karl Liebknecht Str. 34, 07749 Jena

Mitbringen: bequeme Sportbekleidung, lange Hose, T-shirt, Hallenschuhe

Teilnahmebedingungen: Das Mindestalter beträgt 16 Jahre, bitte Erlaubnis der Eltern mitbringen. Darüberhinaus bestätigt jeder Teilnehmer durch Unterschrift das er in einer ausreichend guten körperlichen und geistigen Verfassung ist um an dem Seminar teilnehmen zu können. Evtl. Verletzungen oder Einschränkungen teilen sich die Trainingspartner mit um Schäden zu vermeiden.

Desweiteren legen wir Wert auf eine entspannte Trainingsatmosphäre, übertrieben Härte oder unkameradschaftliches Verhalten sind daher unerwünscht und können zum Ausschluß führen.

Das fotografieren während des Seminars ist erlaubt, Videoaufnahmen bedürfen der Erlaubnis.

Die Teilnehmer erklären sich mit ihrer Unterschrift vor dem Seminar dazu bereit, das sie während des Seminars fotografiert bzw. gefilmt werden und sind mit der Veröffentlichung der Fotos oder Filme einverstanden. Nach vorheriger Absprache ist ein Ausblenden von Einzelpersonen möglich.

Haftung: Der Veranstalter und der Referent übernehmen keine Haftung für Sach-oder Personenschäden. Jeder Teilnehmer muss selbst für einen ausreichenden Versicherungsschutz sorgen, eine Versicherung über den Veranstalter egal welcher Art besteht nicht.

Übernachtung: ist am Trainingsort möglich, bitte Schlafsack, Iso-matte etc. mitbringen

Verpflegung: Wer möchte kann am abendlichen Schaschlikessen (Schaschlik, Salate, Getränke etc.) teilnehmen, hierfür ist eine vorherige Anmeldung nötig. Der Unkostenbeitrag beträgt 20,-€