

SV Polling e.V.
Abteilung BUDO



Selbstverteidigung für Jugendliche (ab 14 J.),
Frauen und Männer

Wann:

Ab Mitte Mai 2018
Jeden Freitag von
19:00 Uhr bis 21:00 Uhr

Ort:

Gymnastikraum: Sportplatz, 82398 Polling

Veranstalter:

SV Polling e.V. / Abteilung BUDO

Verantwortlich:

Christoph Höcherl, Abteilungsleiter BUDO
Elmar Carl, stellv. Abteilungsleiter BUDO

Informationen:

Christoph Höcherl : 0152/54110573 o. 0881-8155

Anmeldung:

Im Training oder über Mitgliedsantrag SV Polling e.V.

Wir trainieren: Deeskalation, Angriffe und Verteidigung im Stand und Bodenlage sowie verschiedene Techniken, die der Selbstverteidigung dienen. Halten, Würgen sowie Angriffe mit Stock oder Messer. Sicheres Auftreten und Vermeidung von Angriffen.

Kleidung: Sportanzug oder Trainingshose und T-Shirt

Polling, April. 2018

Gez. Christoph Höcherl
Leiter Abteilung BUDO im SV Polling e.V.

_____ { } _____