

# 4. Gnarrenburger Anwender-Lehrgang

**19. November 2016**

**Der Karate-Lehrgang für Bunkai, Selbstverteidigung und Kyusho-Jitsu!  
Offen für alle Stilrichtungen und Gürtelgrade!**

**Mit:  
Werner  
Buddrus**

**6. Dan Wado-Ryu  
2. Dan Shotokan  
2. Dan Kyusho-Jitsu**

Themen:

Kihon

Kata Bunkai

Kyusho-Jitsu (Nervenpunkte)

Infight- effektive SV im Nahbereich

Techniktraining am Schlagpolster

SV mit dem Kurzstock und stockähnlichen Gegenständen



**Achtung!!!**

**Bo- Jutsu- Eine Einführung ins Ryukyu Kobudo !!!**

**SV am Ganzkörper-Schutzanzug!!!**

**Spezielles Kindertraining mit vielen Budospielen!!!**

Datum: 19.11.2016

Uhrzeit: 10.00-16.00 Uhr

Ort: Sporthalle Brilliter Weg, 27442 Gnarrenburg

Lehrgangsgebühr: 15 Euro, Kinder bis 14 Jahren frei!

Kontakt: wadokai.gnarrenburg@gmail.com

