



Die koreanische Kampfkunst

Hapkido

ab 15 Jahre



Wir erlernen die koreanische Kampfkunst Hapkido und wie wir uns wehren können, wenn wir angegriffen werden!

Außerdem trainieren wir

- **die Fallschule (wie man richtig hinfällt ohne sich zu verletzen)**
- **effektive Selbstverteidigung (mit und ohne Waffen)**

Was braucht Ihr?

Vor allen Dingen gute Laune, Spaß am Kampfsport, Lust etwas Neues auszuprobieren

Und sonst das Übliche: Normale Sportbekleidung (für den Anfang), Hallenschuhe, Handtuch, Getränk(e)

Wann ?

dienstags

Uhrzeit:

20.00 – 21.30 Uhr

Ort:

Turnhalle Gottl.-Heinrich-Str.

Zusatzgebühr: 5,00 Euro/ Monat – für Mitglieder

Leitung:

Marco Bick