

SELBSTVERTEIDIGUNGS- SEMINAR FÜR EINSTEIGER



Am Samstag, den 05. Dezember 2015 von 13:00 bis 18:30 Uhr!

Inhalte:

Erlernen Sie professionell, in Theorie und Praxis wirksame mentale Strategien der Selbstbehauptung sowie Selbstverteidigungstechniken (z.B. Schlag-, Stoß- und Trittkombinationen) zur Abwehr und Schutz!

Ferner befassen wir uns mit unterschiedlichen Verteidigungssituationen aus der Bodenlage heraus bzw. am Boden und üben detailliert einfache Abwehr-, Befreiungs- und Hebeltechniken. Kraft-, Ausdauer- und Koordinationselemente sowie kampsportbezogenes Stretching, runden das Seminar ab.

Voraussetzungen:

Ab 16 Jahre, lockere Kleidung z.B. Trainingshose, T-Shirt. Trainiert wird barfuß. Pausenverpflegung wird empfohlen mitzubringen.

Alle TeilnehmerInnen erhalten eine Urkunde!

Referenten:

Großmeister Michael Boldt

8. DAN Ryoku Shin Do
8. DAN Kyokushin Budokai (Bluming/Kurosaki)
6. DAN Krav Maga
5. DAN Kickboxen WAKO
Über 40 Jahre Kampfsporterfahrung
Ausbilder von über 50 Schwarzgurten
Referent für Selbstverteidigung
Referent für Bodenkampf (speziell Grappling)
Ehemaliger Bundesligakämpfer für Deutschland im Kickboxen sowie in weiteren Nationalteams



Can Roman Güven

4. DAN Taekwondo DTU & WTF
3. DAN Kickboxen WAKO
Über 25 Jahre Kampfsporterfahrung
Referent für Selbstverteidigung in drei Bundesländern für Landes- und Betriebssportverbände
HSB Taekwondo B-Lizenz Trainer
VTF B-Lizenz Übungsleiter: „Herz-Kreislauf-Training“
„Haltung und Bewegung“
„Wege zur Entspannung“
Kadernmitglied Technik der Hamburgischen Taekwondo Union e.V. (TUH)
Medaillengewinner internationaler Taekwondo- u. Kickboxturniere



Wann:

Samstag, 05. Dezember 2015 von 13:00 bis 19:00 Uhr

Wo:

ETV-Dojo II (Erdgeschoss), Bundesstraße 96, 20144 Hamburg

Anmeldung:

bis Donnerstag, 03. Dezember 2015 bei Herrn Güven,

E-Mail: ypochagi@gmx.de, Mobil: 0175 / 5306409

Anmeldung:



§ 1 Kosten pro Person

Firmensonderpreis EUR 45,- nur mit dieser Anmeldung, sonst EUR 55,-,
siehe Webseite: <http://www.etv-studio.de/ETV-Studio-workshops-selbstvert.htm>

Bitte das Geld bar an dem Veranstaltungstag bei den Referenten entrichten!

2 § Kontaktdaten

Firma: _____

Name: _____

Vorname: _____

Tel.: _____

E-Mail.: _____

§ 3 Anmeldung

Nur Anmeldungen mit diesem Formular sind verbindlich und gültig! **Nach dem 03.12.15 werden keine Anmeldungen mehr angenommen.** Wer sich verbindlich angemeldet hat und am Veranstaltungstag, egal aus welchen Gründen, nicht erscheint, muss die Seminargebühren im Nachhinein per Überweisung an die Referenten entrichten! **Rechtzeitige Anmeldung empfohlen, da maximal nur 16 Personen im Seminar möglich sind!**

§ 4 Haftung

Die Referenten, Herr Michael Boldt und Herr Can Roman Güven, haften nicht für leicht fahrlässig verursachte Schäden, sowohl auch nicht für die Ihrer Erfüllungsgehilfen, während der Workshopzeit oder anderweitig auftretende Schäden in den Räumlichkeiten des Eimsbüttler Turnverband e.V. bzw. des ETV Studios, die sich die TeilnehmerInnen anlässlich der Anwesenheit zuziehen. Für die Beschädigung oder den Verlust der Garderobe, Wertgegenstände etc. wird keine Haftung übernommen.

Der Haftungsausschluss erfasst alle Ansprüche, gleich aus welchem Rechtsgrund. Die Haftung bei Personenschäden wegen Vorsatz und Fahrlässigkeit sowie bei Sach- und Vermögensschäden bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit bleiben unberührt.

Der Haftungsausschluss umfasst alle, d.h. auch solche Ansprüche, die sonst gegebenenfalls auf eine Krankenkasse oder einen Sozialversicherungsträger übergehen können.

Mit dieser Anmeldung versichere ich, einen Versicherungsschutz im Rahmen einer Privathaftpflicht zu genießen.

§ 5 Sonstiges

Ich versichere meine Sporttauglichkeit und somit die gesundheitlichen Voraussetzungen, am Seminar teilzunehmen. Bei Zweifeln oder dokumentierter Krankengeschichte bzw. vom behandelten Arzt diagnostizierter Einschränkung, muss ein aktuelles Sporttauglichkeitsattest vorgelegt werden. Eine Verwendung von Bild- und Videomaterial der TeilnehmerInnen für die Veröffentlichung im Internet bzw. der Presse, wird dem Veranstalter und deren Erfüllungsgehilfen ausschließlich für Ihre Werbezwecke gestattet.

Ich habe die vorstehenden Seminarbedingungen gelesen und anerkannt. Bitte ein unterschriebenes Exemplar dieser **rechtsverbindlichen Anmeldung** per Emailscan an Herrn Güven senden.

Ort / Datum

Unterschrift