

SELBSVERTEIDIGUNG

INTENSIVLEHRGANG

15.11.25 Reutlingen

**Effektiver Selbstschutz mit
Jürgen Kestner 8.DAN SV-Spezialist**

Ausrichter:	Karateteam - Reutlingen e.V.	
Teilnehmer:	ab 14 Jahren / stiloffen	
Ort:	Dietweg-Sporthalle, Carl-Diem-Str. 130 72760 Reutlingen	
Trainingszeiten:	9.30 - 10.30Uhr	Grundlagen
	10.45 - 12.00Uhr	Situationstraining 1
	12.30 - 14.00 Uhr	Erweiterte Handlungskonzepte
	14.30 - 16.00Uhr	Situationstraining 2
	16.45 Uhr	DAN-Prüfung bis 5. DAN (SOK)
Gebühr:	20,- €	
Kleidung:	Sport- oder Alltagskleidung	
Kontakt:	ekki@karateteam.de	
	Tel.: 0178 350 350 1	

Alle Trainingsteile sind inhaltlich aufeinander abgestimmt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Die DAN-Prüfung ist im Anschluss an den Lehrgang.

Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung

