



AEK-Lehrgang am 22.- 23.09.2018 in Bonn mit Dr. Gunnar Siebert (Chief-Instructor des A.E.K. Germany)



Wo: Turnhalle der KGS Burgschule
Winterstraße 53
53177 Bonn, Bad-Godesberg

Wann: Samstag (22.09.18)
10:30-16:00 Uhr

Sonntag (23.09.18)
10:00-14:00 Uhr

Ausrichter:

AEK Bonn und die BSG der BLE e.V.

ARNIS Germany
ESCRIMA KALI



move
BEWEGT DIE BLE

Die Betriebssportgemeinschaft der
Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung e.V.

**Zwei Tage mit Dr. Gunnar
Siebert in Bonn.**

**"Die Kunst der wirbelnden
Stöcke -Teil 2"**

Kosten:

25,00 € p.P. für einen Tag

40,00 € p.P. für beide Tage

Mitzubringen:

- 1 Paar Stöcke
- Trainingsmesser / -dolch
- Handtuch/Seil/Gürtel, Kugelschreiber
- Half-Staff (ca. 1,50cm)

Equipment kann teilweise gestellt werden.

Anmeldung bis zum 20.09.18 per E-Mail an:

viko.schoenmann@ble.de

Die Ausrichter oder die von Ihnen eingesetzten Personen übernehmen keinerlei Haftung bei Sach- oder Personenschäden! Die Teilnahme am Lehrgang geschieht auf eigene Gefahr!





AEK-Lehrgang am 22.09. - 23.09.2018 in Bonn

Themen des Lehrgangs am 22.09. im Detail:

(Interessenklasse Anfänger-Fortgeschrittene)

- Einzelstock – Anwendungen und Entwaffnungen
- Doppelstock – Anwendungen und Entwaffnungen
- Grundtechniken im Kali
- Dumog - Bodenkampf
- Villabrille & Largusa Kali (Kombination Stock und Messer)

Themen des Lehrgangs am 23.09. im Detail:

(Interessenklasse Fortgeschrittene und für die, die am Vortag da waren)

- Vertiefung der Themen von 1. Tag
- Einführung in den Gebrauch von Klingengewaffen
- Messerangriffe und –abwehr
- Entwaffnungen von Angriffen mit Messer
- Selbstverteidigung gegen bewaffnete Angreifer
- Werfen von bewaffneten Angreifern
- Thumb throwing

Anfahrtskizze zur Halle in Bonn- Bad Godesberg:

