

Thai-/Kickboxen Cross-Over

mit Rainer König

2. Dan Kickboxen I.K.B.F. & I.C.B.O.

9. Khan Thaiboxen I.A.M.T.F.

Meisterdiplom I.C.B.O. Thaiboxen

am 15. Juni (Fronleichnam)
in Lindlar bei Köln



Ort:

Kleine Turnhalle in Lindlar
direkt neben dem Schwimmbad.
Autobahn A4 Köln Richtung Olpe,
Ausfahrt Overath-Untereschbach,
rechts Richtung Lindlar,
nach ca. 13 km Ortseingangsschild,
direkt rechts und links halten,
auf den Parkplatz der Halle.

Teilnahmegebühr:

€ 10,-

Veranstalter und Ausrichter:

Karate-Abteilung des TuS Lindlar 1925 e.V.
gemeinsam mit dem ShoShin Projekt
Veranstalter und Ausrichter
übernehmen keine Haftung.

Inhalte:

Box-Basics in Bewegung und Training
Traditionelle Thaibox-Techniken:
Ellenbogen, Knie.
Clinch.
Pratzenarbeit.

Trainingszeit:

11.00 - 16.00 Uhr
mit ausgiebiger Mittagspause

**Im Anschluss sind Kyu-Prüfungen
Shotokan DKV möglich:**

Prüfung mit Einverständnis des Trainers.
Prüfer: Heero Miketta, 3. Dan

Infos und Rückfragen:

Stefan Larisch, 0170/4728866
Stefan.Larisch@shoshin.info
<http://www.karate-lindlar.de>