

Sportschule MiChi

Albert-Roßhaupter-Str. 102
81369 München
Tel.: 089/ 769 28 80
www.akademie-michi.de
akademie-michi@web.de



Kobudo-Seminar Grundlagen und Aufbau

Hauptsächlich werden wir mit dem **Bo**, der Basiswaffe des Kobudo trainieren. Die **Tonfa** und die **Saigabeln** kommen daneben zum Einsatz. Unterrichtet wird im System des **Hokama Kobudo**.

In diesem Seminar lernt ihr

- die Grundlagen der Handhabung,
- Schwung-, Schlag- und Stoßtechniken,
- Kumibo-Übungen,
- Verteidigung gegen Bo-Angriffe,
- Bo-Kata und Anwendungen daraus.

Die Inhalte werden auf den Kenntnisstand der Teilnehmer abgestimmt und vertiefen bisher Gelerntes.



Seminarzeit:

So., 21.07.2024 10:00 - 16:00 Uhr

Seminarort:

Sportarena der Bay. Landesbank (LB) in der Osterwaldstr. 76, U-Bahn-Haltestelle Nordfriedhof (ca. 15 Min. Fußweg)



Seminarleitung: Volker Daiminger, 7. Dan Karate, 1. Dan Kobudo

Teilnahmegebühr: 50 € ggf. 30/35 € zusätzlich für einen Bo (152/183 cm) bei Anmeldung nach dem 05.07.2024: 60 €

Mitzubringen sind:

Karate-Gi oder Karatehose und Vereins-/Schul-T-Shirt, eigene Waffen (Bo, Sai, Tonfa), Hallenturnschuhe und Turnschuhe für draußen, ggf. Leukoplast

Die Verpflegung ist vor Ort in der Vereinsgaststätte sehr gut möglich.

Anmeldung und ggf. Waffenbestellung bitte bis 05.07.2024

Der Kurs findet ab 7 Teilnehmern statt und ist auf 20 Personen begrenzt.