

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:**

Sa., 12.10.2024 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 30.09.2024: 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 30.09.2024**

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