

SYSTEMA AKADEMIE AUGSBURG ANDREAS WEITZEL

Kampfkunst Kampfsport Selbstverteidigung Gesundheitsförderung

<http://www.rma-systema.de> <http://www.andreas-weitzel.info>

Frauentorstr. 25, 86152 Augsburg, Fon 0177 45 48 379

SYSTEMA-Sparringstreff

AUGSBURG

DEUTSCHLAND

31. Juli 2010

Der Sparringstreff der Systema Akademie Augsburg ist eine Plattform zum Austauschen und Gewinnen von Erfahrungen für Systema-Übende. Das Ziel ist, mit Gleichgesinnten aus anderen Systema-Schulen zu trainieren und dabei seine eigenen Fehler und Schwachpunkte zu entdecken und zu korrigieren, Stärken auszubauen, sein Wissen und Können zu bereichern. Es wird langsam und schnell, mit Leicht- und Vollkontakt, mit einem und mehreren Partnern, mit und ohne Waffen trainiert. Jeder Teilnehmer kann dabei seine Trainingsintensität individuell bestimmen.

Leiter: Andreas Weitzel

Wo: Systema Akademie Augsburg, Frauentorstr. 25 (2. Stock), 86152 Augsburg

Wann: Samstag, den 31. Juli 2010, Beginn 12.00 Uhr - Ende gegen 18.00 Uhr

Die Teilnahme am Systema-Sparringstreff ist kostenlos!

Voraussetzungen: Nur für reguläre und Fördermitglieder der Systema Akademie Augsburg!

Themenbereiche:

- freier Ringkampf
 - freier Faustkampf
 - freier Waffenkampf (Messer, Stock, Schwert usw.)
- und viel mehr...

Ausrüstung: Sportkleidung (z.B. T-Shirt und Sporthose), Hallenschuhe, Trainingswaffen, evtl. Schutzausrüstung (Handschuhe etc.)

Übernachtung: In der Sporthalle (Duschmöglichkeiten sind vorhanden). Schlafsack bitte nicht vergessen! Unkosten: 5,- Euro pro Person.

Duschmöglichkeiten sind vorhanden.

Haftung: Der Veranstalter/Ausrichter/Referent übernimmt keine Haftung!

Anmeldung: +49 (0) 177 45 48 379, Andreas Weitzel

Bequeme Online-Anmeldung: www.rma-systema.de

Achtung! Wir laden alle Sparringstreff-Teilnehmer ein, am Sonntag, den 1. August an unserem Sommerfest teilzunehmen!