



SYSTEMA AKADEMIE WEITZEL

KAMPFKUNST | KAMPFSPORT | SELBSTVERTEIDIGUNG | GESUNDHEITSFÖRDERUNG
TRAINING | KURSE | SEMINARE | LÄHRGÄNGE | SHOWS
SYSTEMA AKADEMIE WEITZEL . ASPERNSTR. 38 . 86165 AUGSBURG . FON +49 (0)177 45 48 379

BODENKAMPFSEMINAR (TEIL 1) MIT ANDREAS WEITZEL 11./12. MAI 2019

THEMA: KAMPF IN DER BODENLAGE

Jeder, der sich ernsthaft mit der Selbstverteidigung befasst, sollte sich auch intensiv mit dem Kampf in der Bodenlage beschäftigen. Im SYSTEMA ist der Bodenkampf kein Selbstzweck, denn er ist immer mit erhöhten Gefahren verbunden, falls der Gegner bewaffnet sein (z.B. mit einem Messer) oder Unterstützung durch weitere Angreifer bekommen sollte. Daher sollte man einen Bodenkampf in einer realen Auseinandersetzung nach Möglichkeit vermeiden. Wenn es aber nicht, wie gewünscht, läuft, und man sich doch in der Bodenlage wiederfindet, sollte man sich bestens mit einer solchen Situation auskennen, um möglichst schnell, effizient und sicher die Kontrolle über den Angreifer zu erlangen und wieder auf die Beine zu kommen.

Temengebiete:

- Fallschule und Bewegungsschule
- Haltegriffe, Hebelgriffe, Würgegriffe
- Griffbefreiung und Griffvermeidung
- Einsatz von Schlägen und Tritten
- Schlagabwehr und Trittabwehr und mehr.

WER, WANN, WO, WIEVIEL

Seminarleiter: Andreas Weitzel, Leiter der SYSTEMA Akademie Weitzel, <https://www.rma-systema.de/>

Veranstaltungsort: SYSTEMA Akademie Weitzel, Aspernstraße 38, 86165 Augsburg

Datum / Zeit: Samstag, den 11. Mai 2019, Beginn 13.00 Uhr - Ende gegen 18.00 Uhr
Sonntag, den 12. Mai 2019, Beginn 10.00 Uhr - Ende gegen 15.00 Uhr

Seminargebühr pro Person: 80,- Euro; 70,- Euro für Fördermitglieder (bar vor Ort)



INFO@RMA-SYSTEMA.DE



SYSTEMA AKADEMIE
WEITZEL



+49 (0) 177 45 48 379



WWW.RMA-SYSTEMA.DE

ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt per Email, SMS, Messenger oder WhatsApp. Eine Anmeldebestätigung kann auf Wunsch auf dem gleichen Weg verschickt werden. Mit der Anmeldung werden die Teilnahmebedingungen anerkannt (siehe am Schluss der Ausschreibung).

Voraussetzungen:

Mindestalter 18 Jahre!

Keine Vorkenntnisse notwendig. Alle Interessenten sind willkommen. Stil- und verbandsoffen.

Ausrüstung: bequeme Sportkleidung (z.B. T-Shirt und Sporthose), Mattenschuhe.

Übernachtungsmöglichkeiten:

- Hallenübernachtung auf Matten (10 Euro pro Person und Nacht) an der Akademie;
- Pension „Linderhof“, Aspernstraße 38, 86165 Augsburg;
- Hotel „Haunstetter Hof“, Landsberger Straße 48, 86179 Augsburg.

Haftung: Siehe Teilnahmebedingungen.

Bei Fragen, Sorgen, Nöten, Wünschen bitte wenden an:

Andreas Weitzel +49 (0) 177 4548379 info@rma-systema.de

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Veranstalter, Ausrichter und Referenten übernehmen keine Haftung für Sachen oder Verletzungen.

Jeder Teilnehmer bestätigt, dass er in einer ausreichend guten körperlichen und psychischen Verfassung ist, um an dem Seminar teilnehmen zu können. Eventuell vorhandene Verletzungen und Einschränkungen teilen sich die Trainingspartner rechtzeitig mit, um Schäden zu vermeiden.

Intensives und konzentriertes Training ist stets ein Schlüssel zum Erfolg aber Verbissenheit, Egoismus und unkameradschaftliches Verhalten sind dabei unerwünscht, denn dadurch wird die gute Trainingsatmosphäre zerstört. Uns ist eine gelöste und fröhliche Stimmung im Training sehr wichtig. Damit das so bleibt behalten wir uns vor, nicht jeden an unseren Veranstaltungen teilnehmen zu lassen bzw. Störenfriede auszuschließen.

Das Fotografieren (siehe aktuelle Gesetzbestimmungen) während des Seminars ist erlaubt. Videoaufnahmen bedürfen der Zustimmung des Veranstalters.

Die Teilnehmer sind damit einverstanden, während des Seminars fotografiert und gefilmt zu werden. Sie sind mit der Veröffentlichung der Fotos und Filme einverstanden.

Änderungen vorbehalten.

01:04:2019



INFO@RMA-SYSTEMA.DE



SYSTEMA AKADEMIE
WEITZEL



+49 (0) 177 45 48 379



WWW.RMA-SYSTEMA.DE