

SELBSTVERTEIDIGUNGS- SEMINAR

Samstag, den 11.10.25 von 11:00 bis 17:30 Uhr!

Inhalte:

Die Referenten vermitteln professionell, fitnessorientiert in Theorie und Praxis, einfache und effektive Selbstverteidigungstechniken (z.B. Befreiungstechniken, Schlag-, Stoß- und Trittkombinationen), zur Abwehr und Schutz für sich und andere!

Ferner befassen wir uns mit den Besonderheiten des leicht einsetzbaren „Kubotan“ (Schock- oder Vitalpunktstick) sowie die Übertragung dieser Techniken auf Alltagsgegenstände, wie z.B. Kugelschreiber, zusammengerollter Zeitung und werden erste, einfache Verteidigungstechniken damit üben. Ein ca. 45-minütiger Theorieunterricht (inkl. Handout per E-Mail) rundet das Seminar ab.

Voraussetzungen:

Mindestens 16 Jahre. Sportbekleidung, Trinkwasser u. Handtuch sind mitzubringen.

Kosten pro Person:

Mitglieder Kieler TV, NDR BSG Kiel, LBSV SH, Siemens, FiZ sowie Mitarbeiter/Studenten Muthesius Kunsthochschule **nur** Normalpreis

EUR 70,-
EUR 95,-

Bitte die Seminargebühren in bar, an dem Veranstaltungstag vor Ort entrichten!

Unsere Referenten:

Can Güven

- 5. DAN Taekwondo WTF
- 3. DAN Kickboxen WAKO
- 3. DAN German Police Martial Arts Association (GPMA)

Über 35 Jahre Kampfsporterfahrung
Referent für Selbstverteidigung u. Sicherheitstraining in verschiedenen Bundesländern für Landes- und Betriebssportverbände
Bundestrainer für der World Kickboxing Federation (WKF)
DOSB-Ausbilderzertifikat
DOSB B-Lizenz Trainer Taekwondo
VTF B-Lizenz Übungsleiter:

„Herz-Kreislauf-Training“
„Haltung und Bewegung“
„Wege zur Entspannung“

DTB-Rückentrainer, -Kursleiter Bewegung u. Ernährung, -Aqua Präventions Coach, -Instructor Walking u. Nordic Walking sowie -Functional Training Coach
Ehm. Kampfrichter u. Kadermitglied sowie Landestrainer Formen WAKO HH
Mehrfacher Medaillengewinner intern. Taekwondo-, Hapkido- u. Kickboxturniere

Frank Büchner

Einer von 3 Mastern weltweit für Giron Arnis/Escrima nach Großmeister Leo Giron (Stockton/USA)
2. DAN Taekwondo DTU
Verschiedene Graduierungen im Shotokan Karate, Ju-Jutsu, Wing Tsun, Latosa Escrima, Modern Arnis und Pekiti Tirsia Kali
Über 45 Jahre Kampfsporterfahrung
Referent für Selbstverteidigung u. Sicherheitstraining in drei Bundesländern für Landes- und Kampfsportfachverbände
Trainer im Polizeisportverein Hamburg
Ehm. Referent für Nahkampf bei dt. Militär- und Polizeieinheiten
Medaillengewinner nationaler Taekwondoturniere



Unsere
Kooperationspartner:



Siemens Betriebssportgemeinschaft
Hamburg e.V. von 1956



muthesius
kunsthochschule

Wann: Samstag, den 11. Okt. '25 von 11:00 bis 17:30 Uhr

Wo: Kieler Turnverein von 1885 e.V., Zastrowstraße 14, 24114 Kiel, Spiegelsaal, www.kielertv.de

Anmeldung: bis Mo., den 06. Okt. '25 per E-Mail an Hr. Ohlmeyer (NDR BSG Kiel), nur über das Anmeldeformular (Seite 2) unter j.ohlmeyer@ndr.de

Anmeldung:

§ 1 Kosten pro Person

Mitglieder Kieler TV, NDR BSG Kiel, LBSV SH, Siemens, FiZ sowie
Mitarbeiter/Studenten Muthesius Kunsthochschule **nur**
Normalpreis

EUR 70,-

EUR 95,-

Bitte die Seminargebühren in bar, an dem Veranstaltungstag vor Ort entrichten!

2 § Kontaktdaten

Bitte ankreuzen:

Mitglieder

Muthesius Kunsthochschule

Normalpreis

(Kieler TV, NDR-BSG Kiel, LBSV SH, Siemens, FiZ)

Vorname, Name:

Tel.:

E-Mail:

§ 3 Anmeldung

Anmeldungen für das Seminar am 11.10.25 von 11:00-17:30 Uhr, sind nur mit diesem Formular bis zum 06.10.24 möglich sowie gültig! Wer sich verbindlich angemeldet hat, kann sich bis zu 10 Tage vor dem Veranstaltungstermin wieder kostenfrei abmelden. Wer nach diesem Termin absagt, egal aus welchen Gründen oder nicht zum Seminar erscheint, muss die Seminargebühren im Nachhinein per Überweisung an die Referenten entrichten! Ab 18 TeilnehmerInnen findet das Seminar statt, maximal sind 22 Personen möglich. Sollte das Seminar widererwartend ausfallen, erhalten Sie am 07.10.25 eine E-Mail-Mitteilung oder Anruf.

§ 4 Haftung

Die Referenten haften nicht für leicht fahrlässig verursachte Schäden, während der Seminarzeit oder anderweitig auftretende Schäden in den Räumlichkeiten des Kieler Turnverein von 1885 e.V., die sich die TeilnehmerInnen anlässlich der Anwesenheit zuziehen. Für die Beschädigung oder den Verlust der Garderobe, Wertgegenstände etc. wird ebenfalls keine Haftung übernommen. Der Haftungsausschluss erfasst alle Ansprüche, gleich aus welchem Rechtsgrund. Die Haftung bei Personenschäden wegen Vorsatz und Fahrlässigkeit sowie bei Sach- und Vermögensschäden bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit bleiben unberührt. Der Haftungsausschluss umfasst alle, d.h. auch solche Ansprüche, die sonst gegebenenfalls auf eine Krankenkasse oder einen Sozialversicherungsträger übergehen können. Mit dieser Anmeldung versichere ich, einen Versicherungsschutz im Rahmen einer Privathaftpflicht zu genießen.

§ 5 Sonstiges

Ich versichere meine Sporttauglichkeit und somit die gesundheitlichen Voraussetzungen, am Seminar teilzunehmen. Bei Zweifeln oder dokumentierter Krankengeschichte bzw. vom behandelten Arzt diagnostizierter Einschränkung, muss ein aktuelles Sporttauglichkeitsattest vorgelegt werden. Minderjährige benötigen eine schriftliche Einverständniserklärung des / der Erziehungsberechtigten, welche formlos auf einem Extrablatt oder auf der Rückseite der Anmeldung, schriftlich abgegeben werden kann.

Ich habe die vorstehenden Seminarbedingungen gelesen und erkenne diese uneingeschränkt an! Bitte ein unterschriebenes Exemplar dieser **rechtsverbindlichen Anmeldung** für das Seminar im Kieler TV (Zastrowstraße 14, 24114 Kiel, Spiegelsaal) an Hr. Ohlmeyer (NDR BSG Kiel) per E-Mail senden unter: j.ohlmeyer@ndr.de

Ort / Datum

Unterschrift

Unsere
Kooperationspartner:



Siemens Betriebssportgemeinschaft
Hamburg e.V. von 1956



muthesius
kunsthochschule