

SELBSTVERTEIDIGUNGS- SEMINAR

Samstag, 19.09.26 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,

Latos 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 19. Sept. '26 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 14. Sept. '26 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 19.09.26 von 11:00-17:30 Uhr, sind nur mit diesem Formular bis zum 14.09.26 möglich und gültig! Wer sich verbindlich angemeldet hat, kann sich bis zum 07.09.26 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 15.09.26 eine E-Mail-Mitteilung.

§ 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

