

Budo - Lehrgang

Am : Samstag den 28. Januar 2012
In : Neustadt / A. Schulzentrum (**Zweifachturnhalle**) am Buchberg
Zeit : 13.00 bis 16.00 Uhr
Gebühr : 16.00 € einschließlich Urkunde
Trainer : Erich Brandl 9. DAN



Boxen – Techniken – Gleichgewichts - Turnier



Programm



Boxen – Fußkicks - Fußfeger – Reaktion – Weichstock - Gleichgewicht