

SELBSTBEHAUPTUNGS/ SELBSTVERTEIDIGUNGS-SEMINAR

MIT GEBÄRDENSPRACHDOLMETSCHERINNEN VOR ORT

Samstag, 26. Januar 2019 von 13:00 - 17:30 Uhr!



Inhalte:

Erlernen Sie professionell, fitnessorientiert in Theorie und Praxis wirksame mentale Strategien der Selbstbehauptung sowie Selbstverteidigungsmöglichkeiten (z.B. Befreiungstechniken, Schlag-, Stoß- und Trittkombinationen) zur Abwehr und Schutz für sich und andere!
Ferner erlernen sie wirksame Verteidigungsmöglichkeiten mit Alltagsgegenständen. In diesem Zusammenhang kommen wir auf die Besonderheiten des leicht einsetzbaren „Kubotan“ (Schock- oder Vitalpunktstick) sowie die Übertragung einfacher Technikserien auf Alltagsgegenstände, wie z.B. Kugelschreiber, Schlüsselbund, Handy und werden erste einfache Verteidigungstechniken damit üben. Ein ca. 40 minütiger Theorieunterricht inkl. Handout runden das Seminar ab.

Voraussetzungen:

Mindestens 16 Jahre, bequemer Sportbekleidung, Turnschuhe, Handtuch sowie ausreichend Trinkwasser mitbringen.

Kosten pro Person:

Für Mitglieder des HGSV von 1904 e.V.

Für Nicht-Mitglieder nur

Kostenfrei!

EUR 50,-

Unsere Referenten:

Can Güven

4. DAN Taekwondo DTU & WTF

3. DAN Kickboxen WAKO

Über 25 Jahre Kampfsporterfahrung

Referent für Selbstverteidigung u. Sicherheitstraining in drei Bundesländern

für Landes- und Betriebssportverbände

HSB Taekwondo B-Lizenz Trainer

VTF B-Lizenz Übungsleiter:

„Herz-Kreislauf-Training“

„Haltung und Bewegung“

„Wege zur Entspannung“

DTB-Rückentrainer, -Kursleiter Hochaltrigensport, -Kursleiter Bewegung u. Ernährung,

-Aqua Präventions Coach sowie -Instructor Walking u. Nordic Walking

Ehm. Kampfrichter und Kadermitglied 2008-2012 sowie Landestrainer

Formen 2009-2014 des Hamburger Kickboxverbandes (WAKO)

Mehrfacher Medaillengewinner intern. Taekwondo-, Hapkido- u. Kickboxturniere



Frank Büchner

Einer von 10 Instruktoern/Guros weltweit für Giron Arnis/Escrima

nach Großmeister Antonio Somera (Stockton/USA)

2. DAN Taekwondo DTU

Verschiedene Graduierungen im Shotokan Karate, Ju-Jutsu, Wing Tsun,

Latos Escrima, Modern Arnis und Pekiti Tirsia Kali

Über 40 Jahre Kampfsporterfahrung

Referent für Selbstverteidigung u. Sicherheitstraining in drei Bundesländern

für Landes- und Kampfsportfachverbände

Trainer im Polizeisportverein Hamburg

Ehemaliger Militärausbilder für Nahkampf

Medaillengewinner nationaler Taekwondoturniere



Wann:

Samstag, den 26. Januar 2019 von 13:00 - 17:30 Uhr

Wo:

Sporthalle der Elbschule, Holmbrook 20, 22605 HH-Othmarschen

Anmeldung:

bis Mittwoch, den 23. Januar 2019 im HGSV von 1904 e.V. bei Herrn

Horst-Peter Scheffel, Bildtelefon: 040 / 88 09 98 66,

Fax: 040 / 881 38 62, E-Mail: geschaeftsstelle@hgsv.de



Anmeldung/Vertrag:

§ 1 Kosten pro Person

Für Mitglieder des HGSV von 1904 e.V.

Kostenfrei

Für Nicht-Mitglieder nur

EUR 50,-

Überweisungen auf das Konto:

Deutsche Postbank

Kontoinhaber: HGSV von 1904 e.V.

IBAN DE94 2001 0020 0966 5202 03

Kennwort: Name, Selbstverteidigungsseminar 2019

Achtung: Geldeingang spätestens bis zum 23.01.19!

2 § Kontaktdaten

HGSV-Mitglied:

(Bitte ankreuzen)

Ja

Nein

Vorname:

Name:

E-Mail:

§ 3 Anmeldung

Nur Anmeldungen mit diesem Formular sind verbindlich und gültig! Für Nicht-HGSV-Mitglieder gilt, nur Anmeldungen und Überweisung der Seminargebühren im Rahmen der Zahlungsfrist, können berücksichtigt werden! Die Maximalteilnehmerzahl beträgt 20 Personen. Sollte das Seminar widererwartend ausfallen, erhalten Sie am 23.01.19 eine entsprechende Emailmitteilung und die Seminargebühren werden zurücküberwiesen.

§ 4 Haftung

Weder die Referenten noch der HGSV von 1904 e.V. haften für die Beschädigung oder den Verlust der Garderobe oder von Wertgegenständen etc..

Der Haftungsausschluss sowohl der Referenten als auch der HGSV von 1904 e.V. erfasst alle Ansprüche, gleich aus welchem Rechtsgrund.

Davon unberührt bleibt die Haftung bei Personenschäden wegen Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.

Mit dieser Anmeldung versichere ich, einen Versicherungsschutz im Rahmen einer Privathaftpflicht zu genießen sowie krankenversichert zu sein.

§ 5 Sonstiges

Ich versichere meine Sporttauglichkeit und somit die gesundheitlichen Voraussetzungen, um 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. Eine Verwendung von Bild- und Videomaterial der TeilnehmerInnen für die Veröffentlichung im Internet bzw. der Presse, wird dem Veranstalter und deren Erfüllungsgehilfen ausschließlich für Ihre Werbezwecke gestattet.

Ich habe die vorstehenden Seminarbedingungen gelesen und anerkannt. Bitte ein unterschriebenes Exemplar dieser **rechtsverbindlichen Anmeldung** per Fax: 040 / 881 38 62 oder E-Mail: geschaeftsstelle@hgsv.de an Herrn Scheffel in der Geschäftsstelle des HGSV von 1904 e.V. senden.

Ort / Datum

Unterschrift