

4. Mastertraining 2025

für Trainer und Schwarzgurte

am 02.11.2025 in Hamburg-Alsterdorf

„Den Gegner hebeln und zu Boden bringen“

mit Bernd Facklam

(6. Dan Ju-Jutsu, 3. Dan Shotokan)

Hallo liebe Trainerinnen, Trainer und Schwarzgurte,
wir möchten Euch wieder herzlich zu einem offenen und lockeren Training mit Workshop-Charakter einladen. Bei diesem Training wird uns Bernd Facklam in verschiedenen Varianten zeigen, wie man im Partnertraining einen Eingang für Hebel finden, diesen korrekt ausführen und dann damit den Partner zu Boden bringen kann. Nehmt diese tolle Gelegenheit gerne wahr und fühlt Euch herzlich dazu eingeladen. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Veranstalter: Hamburger Karate-Verband e.V., Breitensportreferent Michael Dück
Teilnehmer: Karateka aller Stile ab Schwarzgurt, Karate-Trainer ab Braungurt
Trainingsort: Budocentrum, Carl-Cohn-Straße 41, 22297 Hamburg-Alsterdorf
Trainingszeiten: 14:00 - 16:00 Uhr
Verpflegung: Getränke für mitten drin und danach bitte mitbringen
Kosten: Keine bzw. eine Spende für die Stiftung phönikks
Verantwortlich: Michael Dück, 0173/9468951, michael.hamburg@gmx.de
Infos: www.karate-breitensport.de



Keine Haftung für leichte Fahrlässigkeiten durch Veranstalter - Stand 18.09.2025