



Filipino Martial Arts (auch Arnis, Escrima oder Kali)-Training

Die philippinischen Kampfkünste - Arnis, Escrima, Kali - bieten ein reichhaltiges Repertoire an Techniken für Selbstverteidigung, Kampfkunst und Kampfsport. Im Training werden zunächst der verantwortungsvolle Umgang und die Verteidigung mit einem oder zwei Stöcken vermittelt. Danach werden die erlernten Prinzipien auf weitere Waffen sowie auf waffenlose Techniken übertragen.

Für Anfänger wird an den beiden ersten Terminen ein Stock gestellt, danach muss ein eigener Stock mitgebracht werden. Die Stöcke müssen aus Rattan sein.

Ihr seid herzlich eingeladen mitzumachen.

Trainingsort: Turnhalle der KGS Burgschule

Winterstraße 53

53177 Bonn Bad-Godesberg

Trainingszeit: Dienstags, 18:00-20:00 Uhr

move
BEWEGT DIE BLE

Die Betriebssportgemeinschaft der
Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung e.V.

ARNIS Germany
ESCRIMA KALI



Was muss ich mitbringen?

- Spaß und Interesse
- Sportbekleidung

Bei Fragen bitte wendet euch an viko.schoenmann@ble.de oder 0228/6845-3353

