

BEGINNER



MITTWOCH 13.07.2022

DONNERSTAG 14.07.2022

FREITAG 15.07.2022

SAMSTAG 16.07.2022

SONNTAG 17.07.2022

ZEIT	INHALT
08.45-09:30	Anmeldung und Information
09:30-12:30	Abwehr von Handangriffen
12:30-13:15	Mittagspause
13:15-15:15	Strikes und Kicks
15:15-15:30	Kurze Pause
15:30-17:30	Abwehr von Pistolenbedrohungen

ZEIT	INHALT
09:00-11:00	Abwehr von Messerangriffen und Bedrohungen
11:00-11:15	Kurze Pause
11:15-12:45	Abwehr von Würgen und Umklammerung
12:45-13:30	Mittagspause
13:30-15:00	Abwehr von Kickangriffen
15:00-15:15	Kurze Pause
15:15-17:00	VIP Protection

ZEIT	INHALT
09:00-11:00	Abwehr von Stockangriffen
11:00-11:15	Kurze Pause
11:15-12:45	Multiple Attackers
12:45-13:30	Mittagspause
13:30-15:00	Simulationen (Arbeiten im Treppenhaus, Enge Räume, im Sitzen...)
15:00-15:15	Kurze Pause
15:15-17:00	Verteidigung aus der Bodenlage

ZEIT	INHALT
09:00-10:00	Common Objects
10:00-12:30	Arbeiten am Curriculum
12:30-13:00	Kurze Pause
13:00-16:30	Testing Feedback Parallel Programm
ab 17:00	Barbecue

ZEIT	INHALT
09:00-10:30	Takedown and Contro Technics
10:30-12:00	Fighting Tactics
12:00-12:30	Pause
12:30-15:00	Training im Bus
15:00-15:30	Urkunden und Bilder

HINWEIS:

FÜR ALLE DIE KEINE PRÜFUNG ABLEGEN, WIRD ES EIN PARALLELES TRAINING GEBEN!

LEARN2FIGHT ERLANGEN

ÄUSSERE BRÜCKER STR. 51 | 91052 ERLANGEN | ERLANGEN@LEARN2FIGHT.DE
TEL.: +49 1525 4867040



WWW.LEARN2FIGHT.DE