

# Selbstverteidigung

und Zusatztraining mit dem **Tonfa**  
mit Norman Amft

12.01.2019

Norman Amft ist Polizeibeamter  
und Einsatztrainer bei der Polizei Chemnitz

**Wann:** Samstag, 12. Januar 2019

**! Kampfsport-  
übergreifend !**

10.00 bis 12.00 Uhr (Selbstverteidigung)

12.00 bis 12.30 Uhr Pause

12.30 bis 13.45 Uhr (Selbstverteidigung)

13.45 bis 14.00 Uhr Pause

14.00 bis 15.30 Uhr (Tonfa)



**Wo:** Sporthalle des Sportamtes Chemnitz  
Alfred-Neubert-Str. 21 in Chemnitz

**Kosten:** 20 Euro incl. Verpflegung

**Info:** Gerd Hahnemann ☎ 03721/84801 oder 0176/21436284  
✉ ghahnemann@t-online.de 🌐 www.kampfkunstteam.de

**Freie Verpflegung!**

**Trainings-  
inhalte:**

- Gewaltprävention
- Verteidigung gegen Angreifer in verschiedenen Situationen
- Verteidigung gegen gefährliche Angriffe bzw. Gegenaktionen mit gefährlichen Gegenständen am Beispiel der Tonfa

**Prüfung:** Karate-Prüfungen bis 1. Kyu im SOK des Deutschen Karateverbandes möglich. Prüfer ist Gerd Hahnemann, 6. Dan GO-JU Karate. Urkunden und Prüfungsmarken sind mitzubringen!

**Hinweise:** **Tonfa bitte mitbringen!**

*Für seine Aufzeichnungen  
sorge bitte jeder selbst!*

Keine Haftung, gleich, welcher Art!

Mit der Teilnahme am Seminar erklärt jede(r) Teilnehmer(in) seine Zustimmung, Fotos / Filme, auf denen er / sie abgebildet ist, für die Veröffentlichung zu nutzen. Selbstverständlich kann in jedem Fall durch eigenständiges Handeln (z.B. Verlassen des Motivkreises) eine Ablichtung verhindert werden!

kampfkunstteam.de - Seminarreihe