

Interstage Samstag, 22.10.2016

livestream

Alle Teilnehmer können an allen Workshops teilnehmen

Zeit	Pool 1 Tatami	Pool 2 Hallenboden	Pool 3 Tatami	Pool 4 Hallenboden	Pool 5 Aula Holzboden	Pool 6 Matten
09.30 – 10.00	Aufstellung und offizielle Eröffnung					
10.00 – 11.00	Mike Weinhart (D) Krav Maga Defensive Tactics	Peter Neuwirth (A) American Kobudo Bo versus Bo	Christian Grünäugl (D) MMA Takedown, Sweep & Throw, Sprawl	Jesus Fernandez Martinez (E) Kata Bunkai Kata in Partner-Arbeit	Daniel Scruzzi / Pietro Ceraldi (CH) Tai-Chi in Anwendung, Partnerübungen	Karate Einführung Henrik Peters / Adrian Stohler (CH) Einblicke in die Welt des Karate, Grundtechniken
11.15 – 12.15	Denis Dössegger (CH) XMA Martial Arts Tricking Jump high!	Caroline Martin Asal (CH) Vertrauen - Selbstvertrauen One-Step - go blind!	Nuno Damaso (CH) Tae-Kwon-Do Turning Kicks Combination	Metin Aydinoglu (CH) FCS Kali Filipino Combat Systems mit und ohne Waffen	Franz Berchier / Carola Meier (CH) Fit-Kick Let's Kick n' Rock	CrossDefense Einführ. Dave Brücker / Roman Martin / Steven Zurflüh (CH) Ein kampfsportliches Crossover zur Selbstverteidigung und Fitness
12.15 – 13.15	Mittagspause <i>Im Lehrgang enthalten: reichhaltige Gemüse-Suppe mit Brot und Wienerli, Wasser (Untergeschoss)</i> <i>Verkaufsstand Halle: hausgemachte Sandwiches, Früchte, feine Kuchen, Getränke/Kaffee</i>					
13.15 – 14.15	Andree Kielholtz (D) Karate Futari Geiko – Flow Drills	Jim Van de Wielle (B) Sôchin ryu Kobudo Lerne den Umgang mit traditionellen Waffen	Gerhard & Walter Weiss (A) Jiu-Jitsu, Abwehr gegen Angriff mit Flasche	Jesus Fernandez Martinez (E) Karate Ippon Kumite Tactic	Gianni Peluchetti / Carola Meier (CH) Baji Struktur-Aufbau	Tai-Ji Einführung Norman Kiefer (CH) Tauche ein in harmonische Bewegungen und spüre deinen Körper
14.30 – 15.30	Jesus Fernandez Martinez (E) Ju-Jutsu applications	Adi Bernard (D) Spiele für den Kampfsport	Nuno Damaso (CH) Hapkido Hebeltechniken	Christoff De Coninck (B) Karate Competition Training	Norbert Punzet (D) Kyusho in Anwendung im Kun-Tai-Ko-Programm	Kickboxen Einführung Heiko Asal / Marcel Graf (CH) Erlerne erste Kombinationen Spaß in Partnerübungen
15.45 – 16.45	Mike Weinhart (D) Selbstbehauptung und –Verteidigung für Frauen	Jim Van de Wielle (B) Kobudo Verschiedene Waffentechniken gegeneinander	Gerhard & Walter Weiss (A) Goshindo „Blind Date“ Abwehr mit geschlossenen Augen	Norbert Punzet (D) Shin-Ken-Ryu-Do Praxis mit dem Schwert (Katana)s	Dominic Mauch (CH) Kung-Fu Schwalbe-Tiger	Nin-Jutsu Einführung Claudia Engelbrecht / Dave Harper (CH) Traditionelle Techniken treffen auf moderne Selbstverteidigung
16.45 – 17.15	Gruppenfoto und World Kun-Tai-Ko Budo Association Infos					

Änderungen vorbehalten, aktuellste Pool-Liste siehe www.kun-tai-ko.ch