



**Do Am-Hapkido-Pfingstlehrgang
mit Großmeister
Bang, Kyung Won
10.-11. Mai 2008
in
Wiesbaden**



Die Do Am-Hapkido Schule Wiesbaden lädt ein zum Pfingstlehrgang unter der Leitung von Großmeister Bang, Kyung Won, 8. Dan Hapkido und 7. Dan Taekwondo.

Der Lehrgang richtet sich sowohl an Hapkido als auch an Kampfsportler anderer Stilrichtungen, die Interesse an der koreanischen Kampfkunst Hapkido haben.

Die Lehrgangsteilnehmer werden in drei Gruppen aufgeteilt, damit auf ihre Bedürfnisse optimal eingegangen werden kann.

Allgemeiner Teil (Auswahl):

- Befreiung aus Haltegriffen am Körper und an der Kleidung
- Befreiung aus unterlegenen Situationen, z. B. "Schwitzkasten" und Würgen am Boden
- Abwehr von Schlägen und Tritten
- Grundlagen der Messerabwehr

Hapkido Kup-Grade:

- Vertiefung und Erweiterung des Prüfungsprogramms

Hapkido Dan-Träger:

- Prüfungsprogramm, fortgeschrittene Techniken, Waffentraining

Am Lehrgangsende besteht für qualifizierte Teilnehmer die Möglichkeit, bei Großmeister Bang eine **Prüfung** zum nächst höheren Kup- oder Dan-Grad abzulegen.

Mitzubringen sind - soweit vorhanden - Holzschwert, Lang- und Kurzstock, Trainingsmesser (Gummi oder Holz) und vor allem gute Laune und Lust auf viel Bewegung!

Ort: Sporthalle Wettinerstraße, 65189 Wiesbaden, Wettinerstraße 6

Trainingszeiten:

Samstag: 11:00 – 18:00 Uhr

Sonntag: 10:00 – 17:00 Uhr

Lehrgangsgebühren:

- € 40,- * bei Überweisung bis zum 31. März 2008

- € 50,- * bei Überweisung nach dem 31. März 2008

Kto.-Nr.: 0024000907 ▪ BLZ: 510 900 00 ▪ Wiesbadener Volksbank ▪

Verwendungszweck: HKD-Lehrgang

Anmeldung:

Unter Angabe von Namen, Stilrichtung und Graduierung bei:

Boris Sporea ▪ Email: ab.sporea@t-online.de ▪ Tel.: 0611/773-2260

*Die Lehrgangsgebühr enthält eine Unfallversicherung in Höhe von € 8,- pro Teilnehmer!

Infos auch auf unserer Website

www.doamhapkido.de



**Do Am-Hapkido
Wiesbaden**

