

# Jubiläumslehrgang am 30. Mai 2015

12.30 – 13.15 Uhr

Pool 1	Pool 2	Pool 3
<b>Ju Jutsu</b> Shihan Siegmund Sobolewski	<b>Kung Fu</b> Si Gung Hubert Wolf	<b>Si-Ha Ryu</b> Shihan Hamadi Silini

13.30 – 14.15 Uhr

Pool 1	Pool 2	Pool 3	Pool 4
<b>Karate – Kumite</b> Sensei Ingo Jahnel	<b>Krav Maga</b> Kansho Holger Boldt	<b>Ryukensho-Yoshi-Ryu</b> Shihan Kaj Hansen	<b>Jiu- / Ju- / Nin-und Tsutsumi-Jugo Ryu</b> Sensei Thorsten Wießner

14.30 – 15.15 Uhr

Pool 1	Pool 2	Pool 3
<b>Karate – Kata</b> Sensei Astrid Westphäling	<b>Kickboxen</b> Sensei Horst Steinweg	<b>Mixed Martial Arts</b> Hanshi Michael Boldt

15.30 – 16.15 Uhr

<b>Body Workout</b> Sensei Stefanie Frommberger
--