



Gladius et Codex

Verein für historischen Schwertkampf

Seminar Infight / Bodenkampf

Liebe Vereinsmitglieder, Liebe HEMA-Freunde,

Gerne würden wir euch zu folgendem Seminar einladen:

26.April 2020

Infight / Bodenkampf

Was: Wenn es zu einer Auseinandersetzung zweier Personen in nächster Nähe kommt, sei das mit oder ohne Schwert, werden die meisten Kämpfe am Boden weitergeführt.

Wir behandeln in diesem Kurs die Basics des Infights (Kampf im Stand mit Körperkontakt) und die effektive und einfache Umsetzung dann im Bodenkampf und wie man am Boden die Situation schlichtet.

Wann: Am 26.April 2020. Eintreffen um 09.15Uhr,
Start Training ca. 09.30Uhr
Ende ca. 17.00Uhr

Wo: **Dojo Winti, Rennweg 5, 8400 Winterthur.**
Das Dojo befindet sich im Keller unter der Fussball-tribüne.

Wer: Unser Mitglied Gianluca Vaisle verfügt über mehrjährige Erfahrung im Judo / Karate / JiuJitsu.

Anfahrt: Mit den ÖV bis Bahnhof Winterthur, ab da ca. 5min Fussweg
Parkplätze beim Fussballstadion vorhanden, Sonntags kostenlos

Verpflegung: Für die Pausenverpflegung sowie ein einfaches Mittagessen ist gesorgt.

Mitnehmen: Bequeme Trainingskleider, Shirt zum wechseln, Wasserflasche, Pers. Snacks
Wenn vorhanden: Zahnschutz, Rushguard.
Metall-Waffen sind aus sicherheitstechnischen Gründen nicht erlaubt.

Kosten: **35.-, für das komplette Tages-Seminar** inkl. Verpflegung
Bitte Betrag am Seminartag in Bar mitbringen.

Anmeldung: Anmeldungen ausschliesslich per Email bis am Sonntag, 19. April 2020 an:
info@getc.ch
mit Angabe von Name, Handy-Nr., Verein, Jahrgang, ggf. Einschränkungen