



INTERNATIONAL SPORT KARATE & KICKBOXING ASSOCIATION

“Since 1986 Setting the Worldwide Standard for Professionalism and Integrity”
- DEPARTMENT GERMANY -

Kaderlehrgang & Sparring zur WM Vorbereitung 2018 in Jamaika Semi- und Leichtkontakt

Inhalte des Lehrgangs:

- Kombinationstechniken Semikontakt
- Richtiges Warm up/Stretching
- Sparring
- Körperliche Belastungstests (Kraft-Ausdauer)
- Förderung individueller Stärken
- Reglementschiulung
- Planung WM 2018 in Jamaika

Bundestrainer Semikontakt: Guido Fiedler und Maurizio Granieri

Bundestrainer Leichtkontakt: Andreas Scherf

Ort: MG Tigers, Friedberger Str. 119 in 86163 Augsburg

Bitte mitbringen: Komplette Wettkampfausrüstung, Sportpass, gute Laune;
Wie immer schon ist die Teilnahme am Seminar ohne Gebühr.

Wann: **Samstag den 30.06.2018**
10:00 Uhr – 12:00 Uhr.
(Mittagspause von 12:00 – 14:30 Uhr)
15:00 Uhr – 17:30 Uhr.

Mit anschl., gemeinsamen Abendessen in der **Pizzeria Dolce Vita**, Peterhof 1, in 86163 Augsburg

Sonntag, den 01.07.2018
10:00 Uhr – 13:00 Uhr. Intensiv Sparring

Für alle Teilnehmer mit weiter Anreise werden die Übernachtungskosten/Hotel für alle Sportler bis 17 Jahre kostenfrei übernommen. Die Erwachsenen bezahlen nur die Hälfte bei einer Unterbringung im Doppelzimmer, der Anteil beträgt nur 20 €. Ermöglicht haben dies unser Bundestrainer Guido Fiedler und der ISKA Germany

Bitte Anmeldung, mit oder ohne Übernachtung, vorab an bettine@iska-germany.eu

Mit sportlichen Grüßen
ISKA Germany Head Office

Office ISKA Germany:
Hofrat Röhrer Str.12a
86161 Augsburg



www.iska-germany.eu

Tel.: 0821 807 311 81
Mobile: 0172 834 1502
Email: office@iska-germany.eu
bettine@iska-germany.eu