

In Kooperation mit
oakland mission gear
und
Bahalana.de

Giron Arnis Eserima Seminare

Guro Frank Büchner

Der philippinische Schwertkampf ist an Effektivität kaum zu überbieten und wird immer häufiger trainiert.

Die Seminare bieten einen tiefenden Einblick in das legendäre „Giron Arnis Eserima“ und dessen Substile De Fondo, Sonkete, Contra Compas und Macabebe.

Die Lehrgänge sind offen für alle die mehr über das Giron Arnis Eserima erfahren wollen.

TERMINE

Samstag – 20.11.2010 von 13.00h bis 17.00h

Programm: Estilo De Fondo und Estilo Sonkete (Combative thrusts)

Samstag – 04.12.2010 von 13.00h bis 17.00h

Programm: Estilo De Fondo und Contra Compas (Off-beat timing Strikes)

Samstag – 19.02.2011 von 13.00h bis 17.00h

Programm: Estilo De Fondo und Estilo Macabebe (Doppelstock)

**Trainingsort: Sporthalle der Robert Koch Schule
Sengelmannstraße 50
22297 Hamburg
Eingang liegt in der Rathenaustraße!
Bringt bitte Hallenschuhe mit**

Kosten: 25,- € pro Tag, 60,- € für alle drei Tage

**Eine Übernachtungsmöglichkeiten, die Nahe am Trainingsort ist wäre das
“Motel One“ - Hamburg Airport**

**Wir können den einen oder anderen auch privat einquartieren. Anfrage bitte
per Mail**

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung

**Weitere allgemeine Informationen und zu den Stilen unter www.bahalana.de
oder unter bahalana@gmx.net**