

Azem Kampfkunst

Sportart: Karate, Thaiboxen,
Kickboxen

Kurstag: **Mittwoch**

Kurszeit: **16:30-17:45 Uhr**

Stufe: **1. – 3. Oberstufe**

Ort: **Turnhalle Buhnrain**

Leitung: **Azem Maksutaj**
(14-facher Weltmeister)



Programm: Azem bringt den Jugendlichen seine Philosophie näher: Kämpfen bedeutet nicht Dreinschlagen! In den Trainings geht es um Selbstvertrauen, Körperbeherrschung, Durchhaltevermögen und Kondition. Die Schüler und Schülerinnen erleben ein körperlich anstrengendes Training und machen sich Gedanken über ihr eigenes Gewaltpotenzial.

Mitnehmen: bequeme Sportkleidung,
Turnschuhe oder Geräteschuhe

Kursstart: **27. Februar 2013**

Kursende: **10. Juli 2013**

	Name	Vorname	Klasse
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

Sportliche Grüsse Torben Schade