



DEUTSCHE KAMPFKUNST FÖDERATION E.V.  
Der Verband für Kampfkünste

www.dkkf.de

## Landeslehrgang

### “Wenig ist manchmal mehr”

(Verteidigungen, die sich auf mehrere Angriffe umsetzen lassen)



**Ausrichter:**

Deutsche Kampfkunst Föderation e.V.  
in Kooperation mit dem Deutschen Dan-Träger und Budo-Lehrer Verband e.V.

**Veranstalter:**

Judo Club Ahrensburg e.V.

**Thema:**

**Selbstverteidigungstechniken für diverse Anwendungen und Angriffe**

**Wann:**

15. Juni 2024  
10:00 – 13:00 Uhr

**Referenten:**

**Thomas Owsianowski 4. Dan Jiu Jitsu**

**Wo:**

Sporthalle Aalfangschule  
Ahrensfelder Weg 43  
22926 Ahrensburg

**Haftung:**

ausgeschlossen

**Kosten:**

15 € (zahlbar bei Ankunft)

**Anmeldung/Fragen:**

bis zum 09. Juni unter:  
**timo.sendrowski@gmail.com**

**Bitte mitbringen:**

- Gi (mit Zori oder Ähnliches)
- Sticks, Kurzstock
- Handtuch
- Sportpass