

Deutsche Kampfkunst-Föderation e.V.

Ausschreibung zu einem Lehrgang

Thema: Kickboxen – Distanzen nutzen,
überwinden und verteidigen

Referent: Cihan Köse, 3.Dan Kickboxen

Info: Im Kickboxen entscheidet nicht Kraft oder Technik allein – sondern Distanzkontrolle. Dieses Seminar führt Dich Schritt für Schritt an das Verständnis heran, wie Du Distanz hältst, überbrückst und taktisch wechselst. Durch praktische Übungen, Partnerarbeit und leicht verständliche Reflexionsphasen lernst Du, wann Du angreifen, ausweichen und Treffer vermeiden kannst. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener – Du wirst Deine Reichweite neu verstehen und Dein Sparring auf das nächste Level bringen

Datum: So, 14. Dezember 2025 von 10.00 – 13.00 Uhr

Ort: Sportschule Yawara Kiel, Gerhardstr. 85, 24105 Kiel

Teilnahmeberechtigt: Alle Budoka

Kosten: 20,00 für DKKF-Mitglieder
25,00 für alle anderen

Anmeldung: schriftlich bis zum 8.12.2025
per Email an info@dkkf.de

Übernachtung: möglich

Haftung: ausgeschlossen

*Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde und einen Eintrag im Sportpaß.
Nach dem Lehrgang besteht die Möglichkeit der Prüfung zum Lehrergrad.
Voraussetzung: Dangrad in Kampfsportart und 3 Theorie-Seminare*

Mit sportlichen Grüßen

Klaus Härtel, 1.Vors. DKKF

www.dkkf.de