

„Wir schauen nicht weg!“

Tag der Offenen Tür des Polizeisportvereins Karlsruhe
mit Selbstbehauptung, Zweikampfsport & Kampfkunst
Sonntag, 03. Oktober 2010, 11.00-16.00 Uhr, Halle 1 –
ein Programm zum Zuschauen und Ausprobieren!
(zwei getrennte Mattenflächen sind vorhanden)

11.00 Uhr: Offizielle Eröffnung durch den 1. Vorsitzenden, Heinz Christ

Und wenn Sie jetzt mindestens eine der folgenden Sportarten / Stilrichtungen nicht kennen, dann sollten Sie am 03. Oktober auf jeden Fall zu uns kommen!

- 11.00-11.20 Uhr: Capoeira Jugend
- 11.20-11.40 Uhr: Budo-Kids und Ju-Jutsu Jugend
- 11.40-12.00 Uhr: Ju-Jutsu Erwachsene
- 12.00-12.20 Uhr: Frauen-Selbstbehauptung
- 12.20-12.40 Uhr: Kali Sikaran
- 12.40-13.00 Uhr: Karate Jugend und Erwachsene
- 13.00-13.20 Uhr: Tai Chi Chuan
- 13.20-13.40 Uhr: Jeet Kune Do
- 13.40-14.00 Uhr: Judo Jugend
- 14.00-14.20 Uhr: Jiu-Jitsu
- 14.20-14.40 Uhr: Brazilian Jiu-Jitsu
- 14.40-15.00 Uhr: Thai-Boxen
- 15.00-15.20 Uhr: Filipino Fighting Arts
- 15.20-15.40 Uhr: Aikido



Vorträge zu den Themen

Gewaltprävention
Selbstbehauptung für Kinder
Selbstbehauptung für Senioren
von 13.00 bis 14.00 Uhr im
Theorieraum, Eingang Halle 2/3/5
(bitte der Beschilderung folgen)

Spezielle Angebote und wichtige Hinweise:

- ✚ Boxen zum Mitmachen und Anfassen von 12.00 bis 14.00 Uhr
- ✚ Selbstbehauptung für Jedermann/-frau von 13.00 bis 14.00 Uhr
(auch ohne Vorkenntnisse und Sportbekleidung)
- ✚ Kinder-Bewegungsparcours und Cafeteria für Groß & Klein