



**Frank Pelný**

6. DAN Karate, 5. DAN Ryūkyū Kobudō, 4. MG SaCO  
&

**Sebastian Edelmann**

5. DAN Karate, 5. DAN Ryūkyū Kobudō, 1. MG SaCO



**stiloffenes Event**

# **SELBSTVERTEIDIGUNG**

**👉 Lehrgangsteilnahme erst ab 14 Jahre 👉**

11.00 - 11.15 Uhr	Begrüßung & Erwärmung	
11.15 - 12.15 Uhr	<b>Tessen</b>	Grundlagen & SaCO-Tessen-Drill
12.30 - 13.30 Uhr	<b>Tessen</b>	Verteidigungen mit Tessen
14.00 - 14.30 Uhr	<b>Theorie</b>	vitale Körperpunkte
14.45 - 16.00 Uhr	<b>waffenlos</b>	SaCO-Griffbefreiungen
ab 16.00 Uhr	SaCO-Graduierungs- und Lizenzprüfungen	

**Lehrgangsgebühren:** EUR 25,00 (SaCO-Mitglieder = 20,00 EUR)  
**Prüfungsgebühren:** gemäß den gültigen SaCO-Ordnungen

Ausrichter / Informationen: KARATE-DO-KWAI NORDHAUSEN e.V.  
Postschließfach 10 05 10, D-99725 NORDHAUSEN  
☎ +49 - (0)3631 - 60 47 36  
E-Mail: info@saco-defense.de

Der Ausrichter und die Lehrgangsführung übernehmen keine Haftung für Schäden jeglicher Art!  
Die Teilnehmer sind einverstanden, dass sie während des Lehrgangs fotografiert werden und diese Fotos veröffentlicht werden können!

**SaCO® - SELF-DEFENSE and CLOSE COMBAT ORGANIZATION**  
☛ **Systematisierte Selbstverteidigung für Jedermann** \* **Militärischer Nahkampf** \* **GJOGSUL** ☛  
Mitglied im Thüringer Karate Verband e.V., anerkannt vom Fallschirmjäger Traditionsverband Ost e.V.