



III. Krav Maga / Selbstverteidigungs Seminar (VVag/UTE)

Die RAG Krav Maga/Selbstverteidigung bietet im Auftrag der Landesgruppe Hamburg eine ganztägige Stationsausbildung zum Erlernen von Grundlagen und Techniken gegen bewaffnete und unbewaffnete Angreifer an

Samstag, 13. Mai 2023

Zeit: 09:00 – 21:00Uhr

Ort: Sporthalle der Reichspräsident-Ebert-Kaserne,
Osdorfer Landstr. 365, 22589 Hamburg

Hinweis: Eintreffen bis 08:45 Uhr. Teilnahme erst ab 16 Jahren möglich.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bei Verdacht auf Infektion mit COVID 19 oder bei erkältungsähnlichen Symptomen ist von einer Teilnahme abzusehen.

Ausrüstung: Feldanzug Grundform gem. Zentralrichtlinie A1-2630/ 0-9804
Anzugsordnung für Soldaten*innen der BW Nr. 214-216 / Zivilisten in geeigneter Sportausrüstung, Hallenturnschuhe mit heller Sohle!

Verpflegung: Für das Seminar wird aufgrund der Länge kostenfreie Verpflegung zur Verfügung gestellt. Ab ca. 17:30 Uhr wird gemeinsames Grillen angeboten.

Gesamtleitung: Michael Kruse, OF d. R.
Leitung Trainerstab: Beate Brandt, S. d. R.

Anmeldung bis zum **09.05.2023** nur per E-Mail (wg. eventueller Rückmeldung bei kurzfristigen Änderungen) an hamburg@reservistenverband.de.
Fragen an S d. R. Beate Brandt über rk-harburg.beate.brandt@web.de

Anreisende mit Fahrzeug geben bitte bei der Anmeldung ihr Kfz-Kennzeichen an.

Nichtmitglieder des VdRBw sind nicht über den Verband versichert und trainieren auf eigenes Risiko.