

# MODERN ARNIS

Klassische Kampfkunst und Selbstverteidigung



Simone Koch (5. Dan)

Mike Lange (4. Dan)

Schulung von Körpermechanik und effektiven Bewegungsabläufen (waffenlos) sowie Stock- und Messer- Training.  
Auch DAV-Prüfungsprogramm.

Verbands-offen für alle interessierten Kampfsportler\*innen und die, die es werden möchten.

**Wann:** Samstag 25.11.2023, 15.45 Uhr – 19.00 Uhr

**Prüfung:** mit Voranmeldung 14.00 Uhr,  
(5. und 4. Klasse 10 Euro, ab 3. Klasse 15 Euro)

**Kosten:** Lehrgang 25 Euro (30 Euro für Nicht DAV-Mitglieder),  
wird am Lehrgangstag eingesammelt.

**Wo:** Clara Schumann Schule (Loestrasse 114, Bonn)  
Bonner Talweg (Einfahrt zum Schulhof zum Parken) / Ecke Loestrasse

**Kontakt:** [kontakt@dae-mahng.de](mailto:kontakt@dae-mahng.de)

Bitte Pratzen, Stöcke, Messer und ggf. persönliche Schutzausrüstung mitbringen.

