

# Großer Internationaler Lehrgang

## Programm für Escrima



Stadthalle Hockenheim, Rathausstr. 3, 68766 Hockenheim

**Samstag, den 26.05.2012**

**Sonntag, den 27.05.2012**

**Montag, den 28.05.2012**

9.00 Uhr - 10.30 Uhr	<b>GROßER SAAL FÜR ALLE GRUPPEN</b> <b>Vortrag „Stressbewältigung - Erhaltung der Handlungsfähigkeit in realistischen Kampfsituationen“</b> (Grundlagen, Biochemische Zusammenhänge, Umsetzung in Training u. Realität, K.o.-Wirkung einzelner Techniken, Wirkungsbeeinträchtigung unter Extrembedingungen, Kompensationsmöglichkeiten) <b>Dr. Hubert Beitler, Meister J. Kestner,</b>		<b>Gruppe 3</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>Meister Bernd Hoyer</b>	9.00 Uhr – 10.30 Uhr <b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	
10.30 Uhr - 11.00 Uhr	Pause				10.30 Uhr – 10.45 Uhr Pause	
11.00 Uhr - 12.30 Uhr	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>		<b>Gruppe 1</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>Meister Bernd Hoyer</b>	10.45 Uhr – 12.15 Uhr <b>Gruppe 2</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	10.45 Uhr – 12.15 Uhr <b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>Meister Bernd Hoyer</b>
12.30 Uhr - 14.00 Uhr Mittagspause	Mittagspause				12.15 Uhr - 13.15 Uhr Pause	
14.00 Uhr - 15.30 Uhr	<b>Gruppe 1</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>Meister Bernd Hoyer</b>	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>		13.15 Uhr – 14.45 Uhr <b>Gruppe 3</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	13.15 Uhr – 14.45 Uhr <b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>Meister Bernd Hoyer</b>
15.30 Uhr - 16.00 Uhr	Pause				14.45 – 15.00 Uhr Pause	
16.00 Uhr - 17.30 Uhr	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>		<b>Gruppe 2</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	<b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>Meister Bernd Hoyer</b>	15.00 Uhr – 16.00 Uhr <b>Escrima-Klasse</b> <b>Speed, power, timing in the 4 sparring technics</b> <b>GM Bill Newman</b>	
	18.00 - 20.00 Uhr Sensory Awareness mit Sascha Rimasch		Ab 20.00 Uhr Abendveranstaltung mit Musik und Buffet		Ab 16.00 Uhr Urkundenverleihung und Lehrgangsabschluß	

**Zum Trainieren sind Hallenturnschuhe erforderlich!**  
**Alle Teilnehmer sollen Palmstick und Escrimastock mitbringen! Diese könnt Ihr vor Ort auch käuflich erwerben.**

Alle Angaben ohne Gewähr  
 Änderungen vorbehalten!