



# MMA nur so aus Spass!

Technik Lehrgang mit Andreas Stockmann  
MMA Fullinstructor und 3. Dan Jiu-Jitsu

## **what/was:**

MMA Basis Techniken mit Stockmann  
Geeignet für Anfänger und fortgeschrittene Sportler

## **when/wann:**

19.09.2009 (14:00 bis 15:30 und 16:00 bis 17:30 Uhr)  
20.09.2009 (10:00 bis 11:30 und 12:00 bis 13:30 Uhr)

## **where/wo:**

Energy Gym Euskirchen e.V.  
Walramstraße 3, 53879 Euskirchen

## **Anmeldung beim Veranstalter:**

dom@energy-gym-euskirchen.de oder direkt im Gym

## **infos/Weitere Informationen:**

40 Euro ab 18 Jahren, bis 18 Jahre 25 Euro  
Für FFA & Energie Gym Mitglieder 10 Euro weniger

Bei Anmeldung und Zahlung der Lehrgangsgebühr bis zum 07.09.2009 wird diese um 5 Euro reduziert

## **Wer hat, bringt bitte folgende Sachen mit:**

Box- und/oder Free Fight Handschuhe, Mundschutz, Tiefschutz, Springseil,  
Trainingskleidung nach freier Wahl.

## **Haftung?**

Teilnahme auf eigene Gefahr

Es kann in der Halle kostenlos übernachtet werden, es sind aber auch günstige Hotels / Pensionen in der unmittelbaren Nähe. Am 19.09.2009 wird am Abend nach dem Lehrgang gegen einen Unkostenbeitrag gegrillt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Ein Platz kann nur bei frühzeitiger Anmeldung und Vorkasse garantiert werden.  
Bei Nichterscheinen verfällt die Gebühr.