



Mixed Martial Arts for selfdefense

Wann: montags und mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr
freitags 17.45 – 19.00 Uhr

Wo: Gymnastikhalle Johaneum

Wer: Anfänger und Fortgeschrittene
(Männer und Frauen ab 14 Jahren)

Was: Lerne mit viel Spaß Techniken aus
verschiedenen Kampfkunststilen
zusammengesetzt zu einem effektiven
Selbstverteidigungssystem und werde fit
dabei.



Info's: www.kampfkunst-lueneburg.de

Kontakt: marco@kampfkunst-lueneburg.de

Übungsleiter: Marco Hildebrandt

