

# Techniklehrgang mit Frank Wieneke

Veranstalter: Sportfreunde Höhr-Grenzhausen

Datum:: 15.06.2024

Zeitplan:

- 10:00 Uhr – ca. 11:45 Uhr Kumi-kata technisch-taktischer Griffkampfgegen unterschiedliche Kampfauslagen
- Pause
- Ca. 12:30 Uhr – 15:30 Harai-goshi mit drei unterschiedlichen Eingangs – und Griffvarianten und Fesselnde Techniken bis zum Paket zusammengeschnürt.

Ort: Kreissporthalle Höhr-Grenzhausen  
Westerwaldstraße 31  
56203 Höhr-Grenzhausen

Referent:

Frank Wieneke 8. DAN

- Bundestrainer 2001 – 2008
- Olympiasieger 1984



Gebühr: 20 € je Teilnehmer

Anmeldung: Bis zum 01.06.2024 vereinsweise an [klausm.w@t-online.de](mailto:klausm.w@t-online.de).  
Die Teilnahmegebühr ist bis zum 01.06.2023 auf das Konto der Westerwaldbank mit der IBAN DE67 5739 1800 **2600 1212 03** zu überweisen.

Haftung: Die Sportfreunde Höhr-Grenzhausen lehnen jede Art von Haftungsansprüchen ab.