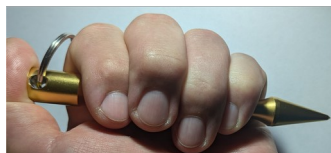




Defendere, Verein für Kampfkunst und Selbstverteidigung

Kubotan Kurs



Kursleiter: Bernhard Weichart und Gerda Martschini

Datum / Zeit 05.09.2026 / 0900 – 1200 Uhr

Ort Grazer Straße 75a, 8680 Mürzzuschlag

Preis 60€ / Person

Anmeldung **Bis: 28.08.2026, 1800 Uhr**
ausschließlich an: info@defendere.at

Abmeldung Abmeldungen bis zum Anmeldeschluss sind kostenfrei, bei späteren Abmeldungen oder Nichterscheinen ist der gesamte Betrag zu zahlen!

Teilnehmeranzahl Min. 3 / max. 10 Teilnehmer

Altersklasse Ab 18 Jahren

Kontakt: Defendere, Verein für Kampfkunst und Selbstverteidigung
Bernhard Weichart, Tel. 0676 / 78 38 973
Gerda Martschini, Tel. 0676 / 399 15 57
Email: info@defendere.at
Inet: www.defendere.at

Thema:

Der Kubotan ist ein kurzer Stock, der in der Faust gehalten zur Selbstverteidigung eingesetzt wird. Als Schlag- oder Druckverstärker werden Schmerzreize beim Gegner erzeugt und die Wirkung der Treffer erhöht.

Der Kubotan ist meist als Schlüsselanhänger oder als Schreibgerät (Tactical Pen), der zur Selbstverteidigung genutzt werden kann, erhältlich. Die Techniken sind aber auch mit einfachen Behelfsgegenständen umsetzbar.

In diesem Kurs werden die ersten Grundtechniken erlernt.

Voraussetzung für die Teilnahme:

- Saubere Schuhe (Hallenschuhe wenn möglich)
- Vorkenntnisse in Selbstverteidigung von Vorteil aber keine Voraussetzung