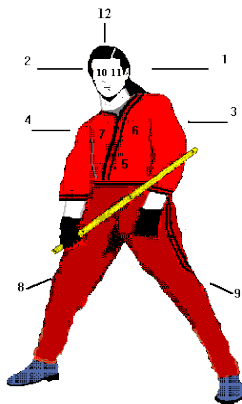


Modern Arnis



Inhalte des Kurses

Modern Arnis ist eine philippinische Stockkampfkunst mit einer jahrhundertealten Tradition, die neben der sportlichen Herausforderung bei regelmäßigem Training viele weitere nützliche Aspekte bietet, wie z.B. Schulung von Reflexen, Koordination und Schnelligkeit. Nicht zu vergessen, die elementaren Kenntnisse einer hochwirksamen Kampfkunst, die in der Selbstverteidigung einen sehr hohen Stellenwert hat.

Besonders für Menschen, die noch nie oder längere Zeit keinen Sport mehr betrieben haben, bietet Modern Arnis einen behutsamen Einstieg in den Sport. Die Intensität lässt sich je nach Bedürfnis steigern und bereits nach wenigen Einheiten ist festzustellen, wie erfrischend und vitalisierend sportliche Betätigung sein kann.

Sportkleidung, insbesondere Turnschuhe sind erwünscht

Ansprechpartner

Armin Krammig
Niedertalstr. 54, 63505 Langenselbold
Tel. (0 61 84) 3782
www.ball-sport-verein.de

Kurszeiten

Siehe Startseite