



MARTIAL MOMENTS PRESENTEERT FUNCTIONAL KARATE MET SYDNEY LEIJENHORST

De 4 fasen van het gevecht

Dit seminar is geschikt voor iedereen van elk niveau en van elke vechtsport achtergrond.

Wat gaan we doen? We gaan aan de slag met de 4 fasen van het gevecht. De meeste vechtsporters specialiseren zich in één fase. Hier gaan we ontdekken hoe de 4 fasen op elkaar inhaken.

- Fase 1: afstand gevecht
- Fase 2: nabij gevecht
- Fase 3: clinch & take-down
- Fase 4: grondgevecht / newaza

Iedere fase heeft zijn eigen kenmerken die we op deze dag gaan ontdekken.

Wie is Sydney Leijenhorst? Sydney is Chief Instructor van de IOGKF Nederland en daarmee is zijn basis Goju Ryu karate wat historisch gezien al een vrij compleet systeem is, gericht op werkzaamheid en zelfverdediging. Daarnaast heeft hij ook een achtergrond in Judo, Kungfu, Pancrase (voorloper MMA), Kenpo en Qigong. Kortom; Sydney is gevaarlijk op iedere afstand. Tevens heeft hij de nodige wedstrijden (ook full contact) gevochten op nationale en internationale podia. **SCAN DE QR CODE VOOR MEER INFO!**

10 december '22

El Hatri
Raedeckerstraat 11
EINDHOVEN

13.00 – 16.00 uur

Kosten
€ 35,00 KBN LID
€ 45,00 regulier

Inschrijven:
leenvanochten
@hotmail.com



MEER INFO: