



# 4. STAPELFELDER BUDO OUTDOOR WORKSHOP



BOGENSCHIESSEN  
TONFA  
KYUJITSU  
JU JUTSU SV

MIT:

RAINER GRYTT 10. DAN YI

FATMA KECKSTEIN 5. DAN DJJV

TOMASZ SZMAGARA 2.DAN KYU-JITSU

BOGENMEISTER HORST HEESCH  
U.A.

**26.08.2023**

**10 - 16 UHR**

BOGENSPORTANLAGE  
AM DREHBARG 55  
22145 STAPELFELD

Anmeldung & Info  
[www.vsg-stapelfeld.de](http://www.vsg-stapelfeld.de)  
[jiu-jitsu@vsg-stapelfeld.de](mailto:jiu-jitsu@vsg-stapelfeld.de)





## 4. STAPELFELDER BUDO OUTDOOR WORKSHOP



- Veranstalter : VSG Stapelfeld v. 1968 e.V.
- Ausrichter : Jiu Jitsu Abteilung des VSG Stapelfeld v. 1968 e.V.
- Datum/Zeit : 26.08.2023, 10:00 - 16:00 Uhr
- Ort : Bogensportanlage  
Am Drehbarg 55  
22145 Stapelfeld
- Leitung : Michaela Tolzin und Sai-Kit Tsui
- Teilnehmer : Alle Teilnehmer\*innen ab 14 Jahren, verbandsoffen
- Referenten : Rainer Grytt 10.Dan Hanshi Yoshinkan International e.V.  
Fatma Keckstein 5. Dan JuJutsu Hamburgischer Ju-Jutsu Verband e.V.  
Tomasz Szmagara 2.Dan Kyu Jitsu Yoshinkan International e.V.  
Horst Heesch Bogensportabteilung VSG Stapelfeld
- Kleidung : der Witterung angepasste Kleidung, die dem Training draußen standhält
- Thema : Es handelt sich um einen Workshop mit 4 Stationen  
1. Tonfa : Handhabung und Techniken mit Rainer Grytt  
2. Selbstverteidigung mit Fatma Keckstein  
3. Kyu-Jitsu mit Tomasz Szmagara  
4. Bogenschießen mit Horst Heesch  
Im Anschluss findet ein Grillen in unserem Vereinshaus statt
- Kosten : Erwachsene  
20 Euro für den Workshop ohne Grillen  
25 Euro für den Workshop mit Grillen  
Jugendliche von 14-18 Jahren  
10 Euro für den Workshop ohne Grillen  
15 Euro für den Workshop mit Grillen
- Meldung : [jiu-jitsu@vsg-stapelfeld.de](mailto:jiu-jitsu@vsg-stapelfeld.de)
- Weitere Infos : Die Workshopgebühr bitte auf folgendes Konto überweisen  
IBAN: DE44 2135 2240 0150 3736 12 BIC: NOLADE21HOL  
Verwendungszweck: Name & JJ 26.08.2023