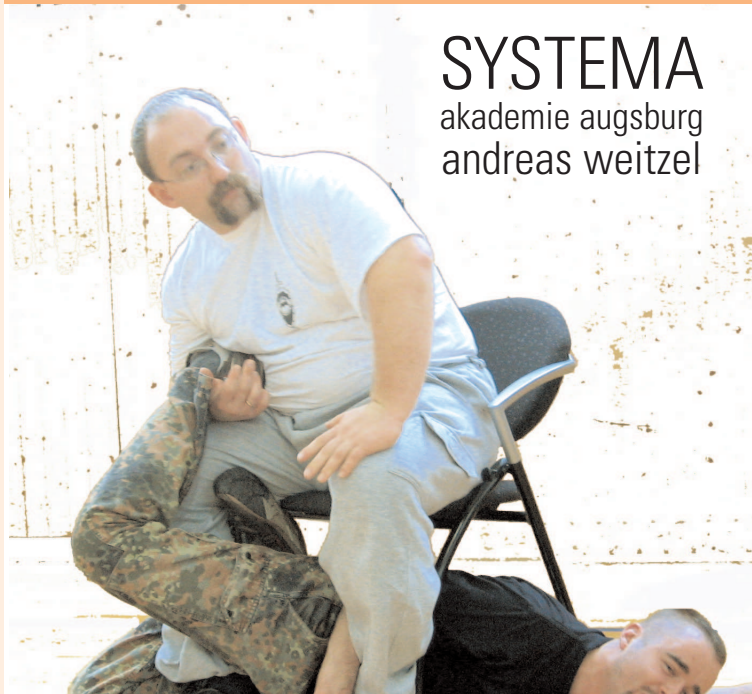


WIR ZIEHEN UM UND SIND NOCH BESSER!

1. JULI 2007

unter neuer adresse: frauentorstrasse 25
2. stock

SYSTEMA
akademie augsburg
andreas weitzel



Altrussische Kampfkunst SYSTEMA

bietet Ihnen:

- eine traditionelle ganzheitliche Kampfkunst
- effektiven Selbstschutz
- geistige Entwicklung und körperliche Kondition

beinhaltet:

- **waffenlose Selbstverteidigung:**
 - Schlag- und Tritttechnikenabwehr und Griffbefreiung;
 - Messer-, Stockabwehr und flexible Waffenabwehr;
 - Bodenkampf.
- **Waffenkampf:**
 - Umgang mit dem Stock und den improvisierten Waffen (z.B. Mütze, Jacke, Hosengürtel, etc.).
- **historischer Schwert- und Säbelkampf**
- **Ringkampf** (mit Sambo-Elementen)
- **Selbstverteidigung für Frauen**
- **Gesundheitstraining** (Erhaltung und Förderung)
- **Programm für Fortgeschrittene** (nur Erwachsene):
 - Messerkampf und Pistolenentwaffnung;
 - Festnahme- und Transporttechniken (für Sicherheitsdienst);
 - Kampf gegen eine Gruppe und in der Gruppe
 - Selbstverteidigung im und am Fahrzeug usw.

GESUNDHEITSTRAINING: Mo. 18.00 - 19.00 Uhr

RINGKAMPF (für Erwachsene): Di. und Do. 17.30 - 19.00 Uhr

FRAUEN-SELBSTVERTEIDIGUNG: Mi. 18.00-19.00 Uhr

HISTORISCHER SCHWERT-/SÄBELKAMPF: Fr. 18.00-19.00 Uhr

SYSTEMA: Mo.-Do. 19.30 - 21.30 Uhr, Fr. 19.00 - 20.30 Uhr

(Änderungen der Trainingszeiten und -gruppen sind vorbehalten)

**Wir bieten Ihnen ein kostenfreies
Probetraining an**

Systema Akademie Augsburg

Andreas Weitzel
Frauentorstr. 25 (2.Stock)
86152 Augsburg

Tel. 0177 - 45 48 379

Strassenbahn: Linie 2 (Haltestelle Mozarthaus)

**Wir freuen uns über Ihr Interesse
und auf Ihren Besuch!**