

Freitag, 26.11.2021 – Anreise bis 17:00 Uhr					
Zeit	Ort	Thema		Referent	
17:30 – 18:30 Uhr	Kantine	Abendessen			
19:00 – 21:00 Uhr	Halle	Mattenaufbau Bääm! Weißt Du?!? Komplexaufgabe und Atemi-Techniken an Pratzen		ALLE Dirk	
Samstag, 27.11.2021					
07:45 – 09:00 Uhr	Kantine	Frühstück			
09:15 – 10:15 Uhr	Halle		Hast Du`n Problem? Geh weiter!!! – Freie SV im Prüfungsprogramm		Armin
10:30 – 11:45 Uhr	Halle	Wirf mich! – Aber sag`s dem Elben nicht! Wurftechniken		Stefan	
12:00 – 13:30 Uhr	Kantine	Mittagessen			
13:45 – 15:00 Uhr	Halle		Meister, dat reißt ab! – Sabbel ned, dat geht! Hebel	SV Training	Daniel Gilbert
15:30 – 17:00 Uhr	Halle	„das ist doch kein Messer...“ Messer		SV Training	Peter Gilbert
17:30 – 18:30 Uhr	Kantine	Abendessen			
19:00 – 20:30 Uhr	Halle	Space! The final frontier... Ju-Jutsu – Parcours		Scholli	
20:30 – 22:00 Uhr	Prüfung	Offene Matte...			
Sonntag, 28.11.2021					
07:45 – 09:00 Uhr	Kantine	Frühstück			
09:30 – 10:30 Uhr	Halle	„Los, wirf dich auf mich... damit ich dich fertigmachen kann!“ Boden		Sophie	
10:45 – 11:30 Uhr	Halle		„Wackle mit dem großen Zeh!“ Burn out – Cool down...		Sasch

Nächstes Seminar auf Sensenstein: 17.-19.11.2023