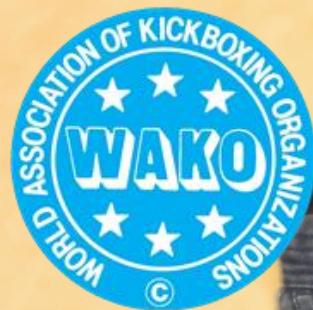


WAKO Switzerland

Swiss Kickboxing Federation

www.wako.ch



SWISSLOS
Sportfonds Aargau



Self-Defense-Kurse 2025

Kursleitung:
Max Siegrist, 8. Dan Kickboxen

Kurse auf reale Bedrohungssituationen ausgerichtet

Für selbstsicheres Auftreten

Lernen, sich gegen Gewalt zu wehren

Jetzt anmelden

Selbstverteidigungs- & Kuatsu-Kurse für alle Interessierte jedes Niveau's und Meistergrad-Anwärter

Basic-Kurse in Sursee/LU

| | | |
|--------------|-----------------|----------------------------|
| Sa 22. Feb. | 09.30 – 12.30 h | Kuatsu-Kurs |
| | 13.00 – 16.30h | Self-Defense 1 |
| Sa 05. April | 09.30 – 12.30 h | Self-Defense 2 |
| | 13.00 – 16.30 h | Self-Defense 3 |
| Sa 10. Mai | 09.30 – 12.30 h | Self-Defense 4 |
| | 13.00 – ende | Prüfung für 1. Meistergrad |

Advanced-Kurse in Sursee/LU

| | | |
|--------------|-----------------|---------------------------------|
| Sa 16. Aug. | 09.30 – 12.30 h | Self-Defense 5 |
| | 13.00 – 16.30 h | Self-Defense 6 |
| Sa 27. Sept. | 09.30 – 12.30 h | Self-Defense 7 |
| | 13.00 – 16.30 h | Self-Defense 8 |
| Sa 25. Okt. | 09.30 – 12.30 h | Self-Defense 9 |
| | 13.00 – ende | Prüfung für höhere Meistergrade |

OFFEN für alle Klubs/Sportschulen; auch für Nicht-Kampfsportler geeignet.

Gebühr **BAR VOR ORT** zu bezahlen: mit gültiger WAKO Lizenz: Fr. 40.- ohne WAKO Lizenz: Fr. 50.-

Basic-Kurse Kickboxing Sursee, Allmendstrasse 11, 6210 Sursee/LU

Advanced-Kurse bei Kickboxing Sursee, Allmendstrasse 11, 6210 Sursee/LU

ANMELDUNG & FRAGEN: m_siegrist@hispeed.ch

oder über Klub/Sportschulen auf <https://reg.openentry.net/wakoswitzerland>

ANMELDESCHLUSS: Donnerstags, 20 Uhr vor Kurs

(Durchführung ab 6 Teilnehmenden)

TOP TEN 
www.toptenschweiz.ch