

The background of the poster features two dynamic illustrations of martial arts fights. In the upper left, a man in a white gi with a black belt is engaged in a sparring routine with a partner in a blue gi. In the upper right, a woman in a black t-shirt and shorts is performing a high kick or takedown on another woman in similar attire. At the bottom, there are two more illustrations: on the left, two men in black t-shirts are in a close-quarters struggle, one holding a knife; on the right, two men in black t-shirts are fighting with wooden staffs (bō). The entire scene is set against a backdrop of brown and black ink splatters, giving it a gritty, artistic feel.

SHORTS

- KURZ UND KNACKIG!

14. NOVEMBER 2026

12.00 - 17.00 UHR

KAMPFSPORTZENTRUM DIESPECK

13 REFERENTEN
VERSCHIEDENSTER
KAMPFSPORTARTEN
UND SELBSTVERTEIDIGUNG

SHORTS

DIE 2. RUNDE

KURZ UND KNACKIG!

KAMPFSPORT- & SELBSTVERTEIDIGUNGSLEHRGANG



14.
NOVEMBER
2026



13
TOP-REFERENTEN



3
HALLEN
GLEICHZEITIG



5
STUNDEN
GEBALLTE ACTION



SEPARATE
TRAININGSEINHEITEN
FÜR KINDER!

INTENSIVE TRAININGSEINHEITEN AUS VIELEN BEREICHEN:

Mixed Martial Arts, Brazilian Jiu-Jitsu, Muay Thai, Ringen, Judo, Kickboxen, Tai Chi, Filipino Martial Arts, Jiu-Jitsu, Taekwon-Do, Krav Maga und vieles mehr!

Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene – hier ist für jeden etwas dabei. Schnell, abwechslungsreich und direkt umsetzbar: kurz und knackig eben!



DAS BESTE DARAN:

Alle Referenten unterrichten ehrenamtlich – und der gesamte Erlös wird für gemeinnützige Zwecke gespendet.

KOSTEN:

- Mitglieder der Taekwon-Do und Ju-Jutsu Allkampf Abteilung
Überweisung bis zum 31.10.2026, vor Ort Anmeldung 35 €. **25 €**
- Externe Teilnehmer
Überweisung bis zum 31.10.2026, vor Ort Anmeldung 40 €. **30 €**
- Kinder
per Überweisung. **10 €**

BANKVERBINDUNG:

Yvonne Tausche
DE87 7606 9559 0001 8221 36
GENODEF1NEA
Betreff: Shorts – kurz und knackig

AUSRÜSTUNG:

Kampfanzug, Gi oder Sportkleidung, persönliche Schutzausrüstung, Trainingswaffen.

VERANSTALTUNGSORT:

Kampfsportzentrum Diespeck
Eymoutierstr. 2
91456 Diespeck



INFOS UND ANMELDUNG UNTER: [INFO@ALLKAMPF-DIESPECK.DE](mailto:info@allkampf-diespeck.de)

REFERENTEN:

- | | | |
|--|---------------------------------------|--|
| 1. Bernd Huber – Selbstverteidigung | 6. Johannes Feiler – Jiu-Jitsu | 10. Roman Käufel – Kickboxen und Muay Thai |
| 2. Manuel Amon – Krav Maga | 7. Hans Sperl – Panantukan | 11. Thomas Pfann – Ringen |
| 3. Hannes Hausmann – Brazilian Jiu-Jitsu | 8. Harald Mehnert – Ju-Jutsu und Judo | 12. Walter Krieg – KickDichFit und Tai Chi |
| 4. Frank Witte – Selbstverteidigung | 9. Tom Neu – FMA | 13. Philipp Eckl – MMA |
| 5. Manuel Bauer – Taekwon-Do | | |



FÜR KINDER:

Harald Mehnert, Manuel Amon und Hans Sperl werden jeweils eine Trainingseinheit anbieten.

ZUSAMMEN TRAINIEREN. NEUES ERLEBEN. GUTES TUN.