

## Karate-/Kobujutsu- und Selbstverteidigungslehrgang in Egling

Am 22. Oktober 2016 fand bei SANSHUKAN in Egling ein Karate-/Kobujutsu- und Selbstverteidigungslehrgang statt. Sensei Markus Kößler lud hierzu als Dozenten bereits zum 4. Mal Sensei Heinrich Büttner (7.Dan Karate, 5. Dan Kobudo) aus München ein.

In der ersten Einheit wurden stilrichtungsübergreifende Karate-Techniken für realistische Selbstverteidigungssituationen trainiert.

In der zweiten Einheit wurden authentische BO-Techniken aus Okinawa trainiert, was den Teilnehmern sehr gefiel.

In der dritten und vierten Einheit wurde wieder Selbstverteidigung trainiert, diesmal auch mit Alltagsgegenständen.

Die Lehrgangsteilnehmer waren vom Dozenten und seinem umfassenden Wissen um das Karate/ und die Selbstverteidigung begeistert und die Zeit verging sehr schnell.

**Herzlichen Dank Sensei Büttner und allen Teilnehmern  
für den tollen Lehrgang und die tolle Atmosphäre!**



Die Teilnehmer von Lehrgang mit Sensei Büttner.