

Ringen für MMA Seminar

mit Coach **Sebastian Otto**

Er hat im Ringen national u international viele Medaillen errungen. Er ringt aktuell in der Deutschen Bundesliga. Im MMA Bereich hat er mit dem SBG Gym in Dublin gearbeitet, sowie mit UFC Kämpfern aus Polen. Sebastian ist examinierter Sportwissenschaftler, hat langjährige Erfahrungen und Qualifikationen als Trainer im Landesleistungszentrum in Halle und zudem ist er bei der MMA Wrestling Association zum Platinum Level zertifiziert.



am 19.08.2018 ab 15.00-18.00 Uhr
in der Kampfsportschule Leipzig, Gabelsberger Str. 1A

Inhalte:

1. Gegnerkontrolle und Takedown Vermeidung bzw Abwehr
2. Cage Work Clinch und Leg Defense
3. Drills und Workout für Angriff und Abwehr allein und mit Partner

30 € / Person - das Seminar ist auf 20 Plätze begrenzt

Anmeldung: info@kampfsportschule-leipzig.de | 0176 - 209 45 862 |
www.kampfsportschule-leipzig.de