

## Landeslehrgang-Technik mit Großmeister



### Dieter Knüttel (8. DAN Modern Arnis)

- Thema: Waffenlos gegen Stock, Einsatz des Stockes (Hebel- und Transporttechniken)  
Trapping (Weiterführung abgewehrter Atemitechniken)  
(5UE Trainer/FÜL C Breitensport Verlängerung)
- Datum: 18.09.2010
- Zeit: 14:00 – 18:00 Uhr
- Ort: **ACHTUNG geänderter Ort** Siegparkhalle, Brückenstr. 60  
53783 Eitorf (300 m vom „normalen“ Lehrgangsort entfernt)
- Kosten: 15 €
- Bitte Mitbringen: Stock (65- 70 cm), ein Trainingsmesser, Hallenschuhe (empfohlen da keine Matte ausgelegt wird) Stöcke können teilweise während des Lehrgangs zur Verfügung gestellt werden.
- Kontakt: [Lange\\_Mike@hotmail.de](mailto:Lange_Mike@hotmail.de)

## Wegbeschreibung:

### **Anfahrt aus Richtung Köln**

Mit dem Auto:

Von der A3 Richtung Frankfurt, bei Ausfahrt 32 Kreuz Bonn/Siegburg auf die A560 in Richtung Altenkirchen/Hennef(Sieg).

Ende der Autobahn an der Ampel links einordnen (Richtung Eitorf/L333).

In Eitorf an der Ampel links abbiegen, hinter den Gleisen auf der rechten Seite befindet sich die Siegparkhalle.

Mit der Bahn:

R9 (Richtung Giessen, ab Köln Hbf 13:23, Aachen Hbf ab 12:10) oder S12 (Richtung Au/Sieg, ab Köln Hbf 12:31). Fussweg vom Bf Eitorf zur Halle ca. 5 Minuten.

**Stand Sept. 2010**

### **Anfahrt aus Richtung Siegen**

Mit dem Auto:

Von der A4 Richtung Köln/Gummersbach, bei Ausfahrt 24 Bielstein auf die B56 in Richtung Much/Drabenderhöhe. Im Kreisverkehr dritte Ausfahrt (L312/Marienfelder Str.) nehmen

Weiter auf L312. Bei L352/Wersch rechts abbiegen Bei L224/Wohlfarth links abbiegen

Bei B478/Bröltalstraße links abbiegen.

Bei Hänscheider Str./L86 rechts abbiegen Bei L86/Schmelztalstraße links abbiegen. Rechts über die Brücke, nach der Brücke auf der linken Seite ist die Siegparkhalle.

Mit der Bahn:

R9 Richtung Köln ab Bf 13:08 Uhr. Fussweg vom Bf Eitorf zur Halle ca. 5 Minuten.

**Stand Sept. 2010**