



# Sambo Kickboxen Thaiboxen



## 23. September 2023 in Emmering

*Veranstalter:* Katsujinken Dojo e. V. Emmering

*Organisator:* Christian Tschiltsch, 3. Dan Goshin-Jitsu, 1. Dan Kickboxen, 2. Vorstand Katsujinken Dojo e. V.

*Technische Leitung:* Miguel Pelaez, 6. Dan Kickboxen, Verbandspräsident KBR International

*Veranstaltungsort:* Schulturnhalle Emmering, Untere Au 1, 82275 Emmering (hinter dem Rathaus)

### *Stilrichtungen:*

**Sambo:** Russische Kampfsportart mit Wurzeln im japanischen Judo und Jiu-Jitsu sowie in den europäischen Ringerkünsten. Nicolas Szigethy, erfahrener Schweizer Sambo-Kämpfer und Trainer zeigt den Teilnehmern die Kunst des Ringens im Stand und den Bodenkampf mit vielen Griffen, Hebeln und Haltetechniken.

**Kickboxen:** Ursprünglich aus dem Sportkarate stammend, hat sich Kickboxen seit den 1980er Jahren weltweit als beliebte Wettkampfsportart verbreitet. Mit Faustschlägen und Fußtritten mit Hand- und Fußschutz bietet Kickboxen ein sportliches und konditionsorientiertes Wettkampferlebnis.

**Thaiboxen:** Der Nationalsport Thailands erweitert das sportorientierte Kickboxen um die Ellenbogen und die Knie und Schienbeine. Dadurch ist Thaiboxen einerseits sportlich, andererseits aber auch selbstverteidigungsorientiert, da fast alle Körperteile eingesetzt werden. Zwar härter als Kickboxen, ist Thaiboxen aber immer noch eine Sportart, an der jeder, der körperlich und gesundheitlich fit ist, teilnehmen kann.

Kickboxen und Thaiboxen werden von Miguel Pelaez, 6. Dan, mehrfacher Schweizer Kickboxmeister, geleitet.

### *Gebühr:*

KBR-Mitglieder: 20 EUR, Nicht-Mitglieder: 30 EUR. Getränke und leichte Snacks sind inbegriffen.

Ab 14 Jahren! Teilnehmen können Anfänger, Interessierte und Erfahrene aller Stilrichtungen. Die Organisatoren und Trainer übernehmen aber keine Haftung!

### *Programm:*

9.00 Uhr: Registrierung

9.30–12.00 Uhr: Sambo

12.00–12.30 Uhr: Mittagspausen

12.30–15.00: Kickboxen und Thaiboxen



Anmeldung: [budo-emmering@mail.de](mailto:budo-emmering@mail.de)

Scannen und gleich per E-Mail anmelden!