



**INTERNATIONAL
BUDO FEDERATION
DEUTSCHLAND e.V.**

MITGLIED DER IBF-INTERNATIONAL · REPRÄSENTANT FÜR DEUTSCHLAND

Andrej Sawodowskie Disziplinvorsitzender Kickboxen, Am Strehl 58a, 26125 Oldenburg

An alle Mitglieder
der IBF-Deutschland e.V.

Oldenburg, den 03. Februar 2026

DAN-Vorbereitung Kickboxen II (Selbstverteidigung)

Hiermit lade ich euch zum 4. DAN-Vorbereitung im Jahr 2026 mit dem Themenschwerpunkt **Selbstverteidigung** ein.

- Datum:** Samstag, den 27. September 2026
- Ort:** SV-Ofenerdiek Oldenburg
Lagerstraße 38
Franz Fass Halle
26125 Oldenburg
- Teilnehmer:** alle IBF-Mitglieder ab 14 Jahre
- Anmeldung:** bis 25.09.2026 (per E-Mail, SMS oder persönlich)
- Teilnahmegebühr:** 15,00 € mit IBF-Pass, 20,00 € ohne IBF-Pass
- Leitung:** Andrej Sawodowskie
- Mitzubringen:** Mundschutz, Tiefschutz sowie – wenn vorhanden – Stock und Übungsmesser
- Ablauf:** 10:00 Uhr – Anmeldung / Allgemeines
10:30 Uhr – Begrüßung
10:30 -bis 14:00 Uhr – SV gegen Stock und Messer, Befreiungstechniken mit Festhaltung, SV gegen mehrere Gegner, Fallschule, Abwehr in Bodenlage

Ich freue mich auf ein schönes gemeinsames Training mit Gleichgesinnten.

Mit sportlichem Gruß

Andrej Sawodowskie

Disziplinvorsitzender Kickboxen IBF-Deutschland e. V.

E-Mail: andrej.sawodowskie@ibf-deutschland.de

Mobil: 0176 61877332

Während des Lehrgangs können Bild- und Videoaufnahmen erstellt werden. Wer damit nicht einverstanden ist, teilt dies bitte im Vorfeld dem Lehrgangsleiter mit. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Ausrichter/Veranstalter übernimmt keine Haftung für Sach- und Personenschäden.