# 3. SELF-DEFENCE LEHRGANG
## MIT K. HONAN

14.11.2026

Shindokan Dojo
Feldstr. 15
28816 Stuhr
(bei Bremen)

Intensives und kompromissloses Selbstverteidigungsseminar! Geleitet von K. Honan (5. Dan), langjähriger Budoka in verschiedenen Stielrichtungen und seit fast 20 Jahren Schüler von Professor Rick Clark (dem Autor von Pressure Point Fighting und 75 Down Blocks). Honan hat jahrzehnte lane Erfahrung in mehreren traditonellen Kampfkünsten und modernen Kampfsportarten. Außerdem war er in diversen militärischen Einsätzen und Operationen beteiligt. In seinen Seminaren geht es um mehr als nur Theorie – im Fokus steht das Erlernen realer Anwendungen aus Bunkai und Kata. Außerdem wird es um den Einsatz von Druckpunkttechniken gehen, um die Effektivität der Techniken zu steigern.

Kids (ab 10 & Orangegurt) 10€
11:15 - 12:45 Uhr

Jugend & Erwachsene (ab 15) 25€
13:00 - 16:00Uhr

SHINDOKAN DOJO

Der Verastalter lehnt jegliche Haftung ab.
Auf der Veranstaltung können Bild und Videoaufnahmen gemacht werden, bei Teilnahme stimmt ihr einer etwaigen Veröffentlichung zu; bei Bedenken sprecht gerne das Orga-Team vor Ort und die Fotograf*innen an.

forgeandfarrier.net

shindokan.de