

Wir freuen uns, Roland Hartig als Karatetrainer im Kinder/Jugend- sowie im Erwachsenenbereich bei uns im FSC-Erlach begrüßen zu dürfen.



Roland Hartig, 54 Jahre
- 2. Dan Shotokan,
- Instructor Krav Maga

Roland übt seit 1982 den Kampfsport Karate aus, seine Prüfung zum 1. und 2. Dan legte er unter der Prüfungskommission des Bundestrainer Efthimios Karamitsos 2006 und 2008 ab.

In den zurückliegenden Jahren konnte Roland viele Erfahrungen in unterschiedlichen Dojos sammeln. Als Trainer konnte er diese im Kinder/Jugend- u. Erwachsenen-Training unter Beweis

stellen, unter anderem im eigenen Dojo.

Die Leidenschaft zu verschiedenen Kampfsportarten bieten eine sehr gute Voraussetzung, neben dem traditionellen Karate auch im Bereich der Selbstverteidigung Akzente zu setzen.

Das zukünftige Training konzentriert sich neben dem traditionellen Karate (DJKB) auf Ausdauer, Agilität und Selbstverteidigung. Neben dem Grundlagentraining und der Vorbereitung auf die jeweiligen Gürtelprüfungen werden auch Kampfkontakt mit Einsatz von Polster und Pratzen trainiert.

Training jeden Dienstag ab dem 11. März in der Kronenhalle Erlach:
Kinder, ab 8 Jahren/Jugend ab 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr
Erwachsene ab 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Kontakt: Roland Hartig, eMail: Roland.hartig23@gmail.com Tel. 01782659979