

**Die Abteilung Luta-Livre des ASV-Altenheim präsentiert:**

# Trainingswoche mit Renato Migliaccio BJJ-Vizeweltmeister 2004

Schwarzgurt unter Renzo Gracie  
Brazilian Jiu-Jitsu (mit und ohne Gi)  
King of the cage champion



- Seminarinhalt:** Vale Tudo, Brazilian Jiu-Jitsu mit und ohne Gi
- Ort:** Ringerheim des ASV Altenheim  
Verlängerung der Vogesenstrasse  
Wegbeschreibung telefonisch anfragen
- Wann?:** Samstag, den 24.06.06 bis Donnerstag, den 29.06.06
- Training:** 2 mal täglich 1,5 bis 2 h
- Gebühr:** 170 Euro bei Voranmeldung, 220 Euro bei Nachmeldung
- Übernachtung:** Es besteht die Möglichkeit zu zelten, Kochmöglichkeit vorhanden  
Außerdem gibt es kostengünstige Fremdenzimmer in der Nähe
- Infos und Anmeldung:** Michael Hockenjos, 0179-9202857
- Trainingskleidung:** Bequeme Sportkleidung ohne Reißverschluss und  
Schützausrüstung nach persönlichem Bedarf

**Der Lehrgang ist stil- und verbands offen.**

**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

**Der Veranstalter übernimmt keine Haftung,  
Teilnahme auf eigenes Risiko.**

**Es können auch einzelne Trainingseinheiten gebucht werden.**

**Die Anmeldung wird erst durch Überweisung des  
Teilnehmerbetrages wirksam.**

**Bonus: Die Teilnehmer der Intensivwoche erhalten die  
Möglichkeit kostenlos am Montag den 26.06. von 17 Uhr bis 20  
Uhr bei einem Seminar zur Leistungssteigerung durch effektive  
Dehnungsübungen teilzunehmen.**

**Die Intensivwoche findet nur bei einer Mindestteilnehmerzahl  
von 5 statt.**