



**Karate Spielberg**
Peter Stiegmeier

+43 664 8481631?
p.stiegmaier@hotmail.com

# Power-Seminar in Spielberg: Selbstverteidigung für alle Altersgruppen

**Am vergangenen Wochenende fand in Spielberg ein einzigartiges Selbstverteidigungs-Seminar statt, das von Markus Schantl von Karate Budo Graz organisiert wurde.**

Die Teilnehmer konnten ein intensives und anspruchsvolles Programm absolvieren, das sich aus Fallschule, Hebeln, Griffen, Würgern, Fixierungen zusammensetzte.

Obwohl es anstrengend war, haben die Teilnehmer das Seminar mit Begeisterung absolviert. Auch die jungen Karatekas waren motiviert dabei und haben ihr Können unter Beweis gestellt.

Markus Schantl zeigte sich begeistert von der hohen Motivation und dem Engagement der Teilnehmer und bedankte sich für die tolle Zusammenarbeit. Das Selbstverteidigungs-Seminar war ein voller Erfolg und hat gezeigt, dass Selbstverteidigung für alle Altersgruppen von großer Bedeutung ist.