

KODOKAN^{e.V.}

beim ParkSportTag 2026

am Freitag, 1. Mai 2026 (Feiertag)

im Strandbad im Norderstedter Stadtpark

Am Kulturwerk 1, 22844 Norderstedt | Eintritt frei

Zeit

Angebot

12:15 bis 12:45 Uhr	Ju-Jutsu-Wettkampf zum Mitmachen mit Ashot Arustamjan (1. Dan Ju-Jutsu, Trainer-B Ju-Jutsu Leistungssport)
13:00 bis 13:30 Uhr	Vorführung auf der Bühne: Taekwon-Do und Ju-Jutsu-Wettkampf
13:30 bis 14:00 Uhr	Taekwon-Do zum Mitmachen mit Simone Stresow (5. Dan Taekwon-Do, Kwon Jae-hwa, Trainerin-C Fitness), Merle Critzmann (2. Dan) und Arne Buth (1. Dan)
14:00 bis 14:30 Uhr	Free Athletics & Box-Workout zum Mitmachen mit Frank Stiebler (Free Athletics-Trainer)
14:30 bis 15:00 Uhr	Krav Maga zum Mitmachen mit Vladimir Demchenko (Krav Maga Instructor)
15:00 bis 15:30 Uhr	Ju-Jutsu für Kids zum Mitmachen mit Jule Jacobs (1. Dan Ju-Jutsu, U16-Welt- und Europameisterin 2021/2022)
15:30 bis 16:00 Uhr	Ju-Jutsu-Familiensport zum Mitmachen mit John Darboven (5. Dan Ju-Jutsu, Trainer-A Ju-Jutsu)
16:00 bis 17:00 Uhr	BJJ/Grapping zum Mitmachen mit Marco Göbel (Brown Belt BJJ, 1. Dan Ju-Jutsu)

Für das Mitmachtraining reicht bequeme Sportkleidung. Die Matten werden ohne Schuhe betreten.

www.kodokan.info