



Frauen Power pur!

4. Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival

**5.-7. April 2019
Frankfurt am Main**



- **Rabatt für Frühbucherinnen**
- **3 Tage Super-Training**
- **Top-Trainerinnen**
- **Für alle Frauen mit Kampfkunsterfahrung
(Anfängerinnen und Fortgeschrittene)**



Alle Infos und Anmeldeformular unter
www.fraueninbewegung.de.

**FRAUEN
REFERAT**

Frankfurt am Main

Unterstützt vom Sportdezernat und Frauenreferat Frankfurt



FRAUEN IN
BEWEGUNG

KAMPFKUNST & BEWEGUNG

Frankfurt, 11. Dezember 2018

Mach mit bei den 4. Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival!

Liebe Kampfkunstfrauen,

Frauen Power! – unter diesem Motto steht das Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival, das wir vom 5.-7. April 2019 in **Frankfurt** veranstalten. Kampfkunstinteressierte Frauen aus ganz Deutschland werden zum vierten Mal ein Wochenende lang gemeinsam trainieren, sich austauschen und die Stärke von Frauen in der Kampfkunst demonstrieren. Beim letzten Festival waren mehr als 100 Teilnehmerinnen aus verschiedenen Ländern und unterschiedlichen Kampfkunststilen dabei. Sei auch **Du dabei!**

Lass Dich inspirieren!

Dutzende von interessanten und spaßigen Trainingseinheiten stehen für Dich zur Auswahl – von Aikido bis Wendo! Du wolltest schon immer mal die geheimen Kampfkünste der Ninjas kennen lernen? Oder Kampfkunst mit Musik verbinden? Oder intensiv an Deinen Schlag- und Tritt-Techniken arbeiten? An diesem Wochenende ist alles möglich. Lass Dich überraschen!

Lerne von den Besten!

Top-Trainerinnen erwarten Dich und bieten Dir tolle Workshops, die Dich in Deiner Kampfkunst wirklich weiterbringen. Egal wie lange Du schon Kampfkunst trainierst – Du wirst viele Tipps und Anregungen für Dein weiteres Training erhalten. **Kennt du eine tolle Trainerin, die wir noch nicht eingeladen haben oder willst du selbst ein Training anbieten?** Schicke uns ihre/deine Qualifikationen, Trainingsideen und Kontaktinformationen. Wir haben noch einige Trainingseinheiten frei und freuen uns auf neue Trainerinnen.

Freue Dich auf ein Wochenende mit viel Spaß und Energie!

Du wirst viele Gelegenheiten haben, Dich mit anderen kampfkunstbegeisterten Frauen auszutauschen, Spaß zu haben und Kontakte zu knüpfen. Das besondere Highlight des Festivals: eine energiegeladene Kampfkunstvorführung der Trainerinnen und Teilnehmerinnen am Samstagabend. Es wäre toll, wenn jede Teilnehmerin etwas von ihrem Stil bei der Vorführung zeigt!

Wir freuen uns auf Dich und deine Freundinnen! Bitte schicke diese Infos weiter an andere Selbstverteidigungs- und Kampfkunstfrauen. Für weitere Fragen stehen wir natürlich gerne zur Verfügung. Einfach anrufen: Telefon 069 4950710. (Bitte erst ab 11:00 Uhr!)

Viele Grüße

Sunny Graff
Großmeisterin



FRAUEN IN
BEWEGUNG

FRAUEN IN BEWEGUNG E. V.

Baumweg 8 (Hinterhof, Ecke Sandweg)
60316 Frankfurt

Tel. 069-4950710 (Mo.-Fr. 10:00 - 20:00 Uhr)

fraueninbewegung.com • info@fraueninbewegung.com

TAE KWON DO
LAPUNTI ARNIS
BEING IN BALANCE®
SELBSTVERTEIDIGUNG
GEWALTPRÄVENTION
TAI CHI

von Frauen für Frauen und Mädchen

2019 Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival Trainerinnen....

Großmeisterin Sunny Graff, USA/Frankfurt

8. Dan Taekwondo, Ex-Weltmeisterin, Taekwondo-Hall of Fame, 9. Dan Lapunti Arnis de Abanico 5. Dan Modern Arnis, 3. Dan Shin Son Hapkido, 2. Dan Kali Sikaran, Kung Fu, Posture Alignment Spezialist, Ausbilderin für Basisgymnastik, Gewaltprävention und Selbstverteidigung; Autorin, Leiterin von Frauen in Bewegung e.V.

Pia Andre, Umkirch

Tänzerin, Choreografin, Trainerin für Tanz, Bewegung, Kampfkunst und Alexandertechnik. "Dance, Fight, Grow": eine Verbindung von Bewegungskunst und persönliches Wachstum

Mascha Rohner, Berlin

Hsiang Chia Tong Long Pai (Gottesanbeterin) Kung Fu, rote Schärpe, Gründerin der FrauenKungFuSchule Köln

Meisterin Juliet Williams, Nottingham

5. Dan Taekwondo, OMAC Taekwondo United Kingdom

Ruth Arens, Hamburg

3. Dan Shinson Hapkido, Stilles und bewegtes Qi Gong Lehrerin, Dipl. Sportwissenschaftlerin, Leiterin Shinson Hapkido Schule Bremen

Susanna Preus, Frankfurt

Wendotrainerin seit mehr als 20 Jahren, Gründerin und Trainerin Frauenverein für Selbstverteidigung

Birgit Schlemper, Nickenich

3. Dan Ju-Jitsu, 4. Klasse Modern Arnis, Frauenreferentin, Ju-Jitsu Verband Rheinland Pfalz. Gepr. Psychologische Beraterin (ALH), Trainerin für Sozialkompetenz und Gewaltprävention

Meisterin Ute Bernbeck, Frankfurt

5. Dan Taekwondo, Selbstverteidigungslehrerin, Gewaltpräventionslehrerin, Trainerin in Frauen in Bewegung e.V. und Leiterin von Sarang-Kampfkunst, Gewaltprävention und Selbstverteidigung in Frankfurt

Meisterin Simone Koch, Bonn

Diplom-Sportlehrerin, 5. Dan Taekwondo, 4. Dan Modern Arnis, Tai-Chi-Lehrerin nach Jon Ding, Kung-Fu-Toa-Lehrerin, Basisgymnastik- und Selbstverteidigungslehrerin, Leiterin Dae Mahng e.V. und Mittelpunkt, Bonn

Andrea Kraus, Österreich

Geschlechtssensible Perspektiven auf Selbstverteidigung und Gewaltprävention in der Schule

Annette Röllig, Offenbach

3. Dan Seishinkai Aikido, Heilpraktikerin, Trainerin, Aikido Zentrum Offenbach



.....und viel mehr! Bald kommt das Trainingsprogramm!

- Veranstaltung:** **Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival 2019**
- Veranstalter:** Frauen in Bewegung Kampfkunst und Bewegung Frankfurt e. V.
Baumweg 8 (Hinterhof), 60316 Frankfurt (nicht der Festival Ort!)
Tel. 069-4950710 *Nicht vor 11 Uhr anrufen!* info@fib-ev.com,
<http://www.fraueninbewegung.de>
- Festivalleitung:** Großmeisterin Sunny Graff
- Datum:** 5.-7. April 2019 (Freitag - Sonntag)
- Offizieller Anfang:** Fr. 17:30 -18:45 Uhr (Anmeldung), Training 19:00-21:00 Uhr
- Offizielles Ende:** Sonntag, 15:00 Uhr
- Ort:** Schule am Ried, Barbarossastraße 65, 60388 Frankfurt a. M.
- Wer kann teilnehmen:** Alle Frauen und Mädchen ab 15 Jahren, die Kampfkunst und Selbstverteidigung trainieren. Anfängerinnen sind herzlich willkommen. Die Zahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt. Mädchen unter 18 J. benötigen eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten.
- Verpflegung:** Das indische veganes/vegetarisches Buffet in Rahmen der Fete nach der Vorführung Samstagabend ist inklusiv. Sonst, Selbstverpflegung. Wasser, Kaffee, Tee und leichte Kost (Obst, Brezeln, Müsliriegel), sind gegen Spende in der Halle vorhanden. Wir machen eine Sammelbestellung von Pizza und Salat für die Mittagessen gegen Bestellung und Vorkasse im Voraus (am Freitag bei der Anmeldung.)
- Unterbringung:** Mattenübernachtung in den Räumen von Frauen in Bewegung e.V. ist kostenlos. Es gibt 2 Räume und Kaffee/Tee. Es gibt Dusche nur in den Veranstaltungsort, nicht in FIB. Die FIB Räume sind im Erdgeschoss aber nicht barrierefrei (enge Toiletten). Ansonsten selbstorganisierte Hotelübernachtung, z. B. über www.hrs.de
- Anmeldungen:** Sende das ausgefüllte Anmeldeformular per E-Mail an info@fib-ev.com und überweise die entsprechende Teilnahmegebühr bis zu den unten genannten Terminen. Deine Anmeldung ist erst dann gültig, wenn die Teilnahmegebühr bei uns eingegangen ist. Die Platzvergabe erfolgt nach Eingang der Anmeldungen. Solltest Du nach erfolgter Anmeldung nicht teilnehmen können, weil alle Plätze bereits belegt sind, benachrichtigen wir Dich sofort.
- Teilnahmegebühr mit Überweisung:**
bis 15. Feb.: 97 Euro, ermäßigt 72 Euro; (+ T-Shirt falls erwünscht)
bis 15. März: 107 Euro, ermäßigt 77 Euro; (+ T-Shirt falls erwünscht)
ab 16. März: 117 Euro, ermäßigt 87 Euro; (+ T-Shirt falls erwünscht)
Die Ermäßigung gilt für Harz IV, Arbeitslose, Schülerinnen, Studentinnen, Behindertenausweis, Frankfurt Pass. T-Shirts (Gr. S- XL) sind für 18 Euro Spende im Voraus zu bestellen und bezahlen.
- Stipendien:** Es gibt einige Sozialplätze zu vergeben. Wer die Teilnahmegebühr nicht leisten kann, soll eine E-Mail Bewerbung an **FIB** schicken. Bitte schildere deine finanzielle Situation und wie viel Prozent der Gebühr nachgelassen werden soll. (25%- 50%)
- Bankverbindung:** Frauen in Bewegung **Bitte mit dem Vermerk „Kampfkunstfestival“**
IBAN: DE 76 5019 0000 0500 2986 69 BIC: FFVBDEFFXXX
- Mitzubringen:** Tasse und eigenes Besteck, Trainingsanzug, Hallenschuhe, Gymnastikmatte, Mundschutz, Schutzkleidung, und falls vorhanden Langstock, Rattanstöcke, Trainingsmesser, Schlag und Trittspratzen, Schutzbrille, Kung-Fu-Fächer, Schwert usw. (Siehe Trainingsangebot) Wir haben einige Schutzbrillen, Handschuhe, Westen und Waffen zum Ausleihen, aber nicht genügend für alle.



4. Trainingsplan Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival 2019

Freitag	17:30-18:45	Anmeldung Essensbestellung	
5. April	17:30-18:00	Trainerinnentreffen	Trainerinnen (Trainingskleider)
	18:30-19:00	Orientierung und Vorstellung der Trainerinnen	Alle (Trainingskleider)
	19:10-21:00	Willkommenstraining	Alle (Trainingskleider)
Samstag	8:30-9:15	Frühmorgentraining	
6. April	9:15	Photo Halle 1	Alle (Trainingskleider)
	9:15-9:30	Pause/Infos Halle 1	
	9:30-10:45	Trainingseinheit #1	
	10:45-11:00	Pause/Infos Halle 1	
	11:00-12:15	Trainingseinheit #2	
	12:15-12:45	Mittagspause	
	12:30-13:30	Workshop	Essen zum Workshop mitnehmen!
	13:30-13:45	Pause/Infos Halle 1	
	13:45-15:00	Trainingseinheit #3	
	15:00-15:15	Pause/Infos Halle 1	
	15:15-16:30	Trainingseinheit #4	
	16:30-16:45	Pause/Infos Halle 1	
	16:45-18:00	Trainingseinheit #5	
	18:00-18:30	Pause	
	18:00-18:30	Vorführung	
	18:30-19:30	Vorführung	Alle
		Fete mit Indischem Buffet	
Sonntag	8:30-9:15	Frühmorgentraining	
7. April	9:15- 9:30	Pause/Infos Halle 1	
	9:30-10:45	Trainingseinheit #6	
	10:45-11:00	Pause/Infos Halle 1	
	11:00-12:15	Trainingseinheit #7	
	12:15-12:45	Mittagspause	
	12:45-13:00	Pause/Infos Halle 1	Aufgaben für Abbau verteilen
	13:00-14:15	Trainingseinheit #8	
	14:15-14:30	Abschlussrunde	Alle Trainerinnen und alle Teilnehmerinnen
	14:30-15:00	Abbau	



Name: _____ **Alter:** _____
Adresse: _____ **Telefon:** _____
E-Mail: _____ **Handy:** _____

Deine Kampfkünste: (Dauer des Trainings, Rang, LehrerIn)

**Bitte die richtige Antwort lassen, die anderen löschen oder durchstreichen:
Teilnahmegebühr mit Überweisung:**

_____ bis 15. Feb.: 97 Euro, ermäßigt 72 Euro; (+ T-Shirt falls erwünscht)
 _____ bis 15. März: 107 Euro, ermäßigt 77 Euro; (+ T-Shirt falls erwünscht)
 _____ ab 16. März: 117 Euro, ermäßigt 87 Euro; (+ T-Shirt falls erwünscht)

_____ **T-Shirt 18 Euro Spende:** Weißer T-Shirt mit rotem Kampfkunstholiday Logo. Bio Baumwolle
Frauengröße fallen sehr klein aus:



Frauen: __Small __Medium __Large __XL Männergröße: __ L __ XL

Mattenübernachtung in Frauen in Bewegung: Freitag Samstag Beides

Kinderbetreuung (gegen Beitrag): Wie viele Kinder? Alter:

Hast du einen besonderen Bedarf (z.B. benötigst Du einen Kühlschrank für
Medikamente)?

Vorführung: Wir bitten Dich und alle Teilnehmerinnen, Euren Kampfkunststil am
Samstagabend bei der Vorführung zu präsentieren. Es wäre wirklich schön, wenn
alle mitmachen. (max. 2 Min.) (Es gibt keine Matten) **Ja, ich/wir zeige/n:**

**Ein unterschriebenes Exemplar der Datenschutz und Teilnahmebedingungen ist eine Voraussetzung für die
Teilnahme an den Frauen in Bewegung Kampfkunstholiday 2019 und ist bei der Anmeldung abzugeben.**

Bankverbindung: Frauen in Bewegung e.V. **Bitte mit dem Vermerk „Kampfkunstholiday“**
IBAN: DE 76 5019 0000 0500 2986 69
BIC: FFVBDEFFXXX

Anmeldeschluss: **28. März**
Die Platzvergabe erfolgt nach Eingang der Anmeldungen. Solltest Du nach
erfolgter Anmeldung nicht teilnehmen können, weil die Höchstzahl an
Teilnehmerinnen erreicht ist, wirst Du persönlich benachrichtigt.

Anmeldungen: Bitte sende das ausgefüllte Formular per E-Mail an Frauen in Bewegung e.V.
<mailto:Info@fraueninbewegung.de> Tel. 069-4950710. Die Anmeldung erfolgt durch
schriftliche Anmeldung per E-April UND Überweisung der Teilnahmegebühr.



Einverständniserklärung Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival 2019

Ich, _____, (Name in Blockschrift schreiben) bin damit einverstanden, dass auch von meiner Teilnahme am „Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival“ Foto-, Film- und Tonaufnahmen hergestellt werden. Frauen in Bewegung e.V. darf diese Aufnahmen, auch im Zusammenhang mit meinem Namen, räumlich und zeitlich unbegrenzt und ohne Beschränkung auf einen bestimmten Zweck in allen Medien nutzen, insbesondere senden, wiedergeben oder Dritten anderweitig zugänglich machen, vervielfältigen, verbreiten, bearbeiten, speichern und diese Rechte auf Dritte übertragen.

Ort: _____, den _____ Unterschrift **X** _____

Datenschutzerklärung Frauen in Bewegung Kampfkunstfestival 2019

Ich, _____, (Name in Blockschrift schreiben) erkläre mich damit einverstanden, meine E-Mail-Adresse zur Übermittlung von Vereinsinformationen inklusive Newsletter durch den Verein verarbeitet und genutzt werden kann. Neben dem Recht auf Auskunft bezüglich der zu meiner Person bei FIB gespeicherten Daten habe ich das Recht, im Rahmen der Vorgaben der DSGVO, der Speicherung der Daten, die nicht im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben für bestimmte Zeiträume vorgehalten werden müssen, für die Zukunft zu widersprechen. Ferner habe ich im Falle von fehlerhaften Daten, ein Korrekturrecht. Ich treffe die Entscheidung freiwillig und bin mir darüber bewusst, diese Entscheidung jederzeit widerrufen zu können.

Ort: _____, den _____ Unterschrift **X** _____

Bei Minderjährigen bitte die Unterschrift der Eltern und dies kenntlich machen.