

# Modern Arnis Oberpfalz

präsentiert

## GSBA Wettkampfworkshop

**Samstag 07.11.2026**

**10:30 - 16 Uhr**



### Vorstellung der Wettkampfdisziplinen

- Vollkontakt (Einzelstock / Doppelstock)
- Padded Weapon (Einzelstock / Mixed Weapon)
- Semikontakt

### Regelwerk

Schutzausrüstung (Leihausrüstung ist vorhanden)

Ausprobieren und Spaß haben

### Folgende Ausrüstung selbst mitbringen:

- Tiefschutz (Pflichtausrüstung auch bei Frauen),
- Kopftuch (Buff oder ähnlich),
- wenn vorhanden weiche Handschuhe ohne Hartplastik

Bei Fragen zur Ausrüstung: [material@arnis-oberpfalz.de](mailto:material@arnis-oberpfalz.de)

Sporthalle FC Sindlbach  
Sindlbacher Hauptstraße 1  
92348 Sindlbach/Berg

Unkostenbeitrag 20€

Anmeldung bitte unter  
[mitmachen@arnis-oberpfalz.de](mailto:mitmachen@arnis-oberpfalz.de)