

Für das Training der verschiedenen Angriffsstufen und der Zielgenauigkeit eignet sich dieser Ziel-Trainer.

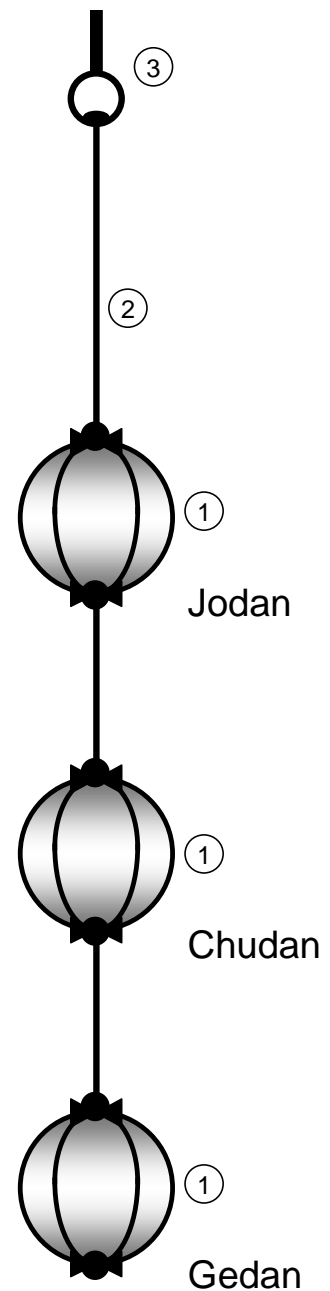
Auch für das Zieltraining mit Kobudo-Waffen (besonders Bo) ist dieser sehr hilfreich.

Nehme 3 Tennisbälle und eine Paketschnur. Messe den richtigen Abstand vom Aufhängungspunkt zur Jodan-Stufe.

Umwickle den Tennisball wie ein Paket und verknote die Enden gut. Verfahre genauso mit den anderen beiden Tennisbällen auf der Chudan- und Gedan-Stufe.

Die Tennisbälle sollen beim Training nicht getroffen, sondern lediglich höchstens berührt werden.

Viel Spaß beim trainieren!



Zeichnung nicht maßstäblich

Dipl.-Ing. Frank Poppen

**Bauanleitung
Ziel-Trainer**

| Pos | Benennung | Material |
|-----|-----------------------|----------|
| 1 | Tennisball 3 Stück | |
| 2 | Paketschnur | |
| 3 | Dübel und Deckenhaken | |