



Ring frei gegen den inneren Schweinehund

...und zwar in einem Boxevent bei Misogi Pro!

Sie sehen, wir meinen es wörtlich und machen ernst damit, sich dem inneren Schweinehund zu stellen.

Steigen Sie am Ende einer professionellen Vorbereitung mit einem Gegner in den Boxring, und zwar vor einem kleinen Publikum.



Wenn Sie in den Boxring steigen, haben Sie schon gewonnen

...denn Sie besiegen Ihren Schweinehund gleich mehrfach:

- Sie entscheiden sich dafür, einen echten Boxkampf zu bestreiten, das erfordert Mut und Entschlossenheit.
- Sie stehen das harte und zielgerichtete Vorbereitungsprogramm durch, das erfordert Durchhaltevermögen und Disziplin.
- Sie kämpfen 3 Runden vor Publikum und geben alles, das erfordert Ausdauer und Zähigkeit.

Nutzen Sie die Gelegenheit, sich in einem geschützten Rahmen neu zu erleben, ungeahnte Potentiale zu entdecken und persönliche Grenzen auszuloten. Wir unterstützen Sie dabei!



Was erwartet Sie?

Wir bereiten Sie in 20 Stunden, verteilt auf 4 Wochenenden à 5 Stunden, in einer kleinen Gruppe (6-8 Teilnehmer) auf das Event vor. Das Training beinhaltet eine Videoanalyse und mehrere Sparringseinheiten mit Supervision. Dabei lernen Sie anhand der typischen Methoden des Boxsports alles Notwendige, um Ihr Ziel zu erreichen: mental, körperlich und technisch.

Mentales Training (...denn Siege beginnen im Kopf...)

Sie lernen

- Stärken und Schwächen schonungslos zu analysieren – bei Ihrem Gegner und bei sich selbst
- Ihren Gegner zu beobachten und im richtigen Moment zuzuschlagen
- Selbstbeherrschung, besonders bei schmerzhaften Rückschlägen - und auf Ihre Chance zu warten
- auch im Kampf in Ihrer Mitte zu bleiben – nur dann sind Sie gleichzeitig flexibel und standfest

Körper- und Techniktraining (...aber man muss auch handeln...)

Sie lernen

- die richtige Ausführung der verschiedenen Boxschläge in Verteidigung und Angriff
- effektive Fußarbeit und körperliche Koordination
- Optimierung des Rhythmuswechsels
- Steigerung der Kraftausdauer und Durchschlagskraft
- ...und Sie nutzen dafür die bekannten Methoden des Boxtrainings (Seilspringen, Schattenboxen, Sandsacktraining etc)

Unser Ziel ist, dass Sie am Ende nicht nur den inneren Schweinehund besiegt haben, sondern diese Erfahrungen auch für Ihre „Kämpfe des Lebens“ nutzen.



Wer kann teilnehmen?

Dieses Angebot richtet sich an all jene, die

- in unserer „Rückversicherungsgesellschaft“ echte Herausforderungen und die damit verbundenen Werte vermissen
- bereit sind, ihre Komfortzone zu verlassen und sich ernsthaft auf ein solches Event vorzubereiten

Es kann jeder teilnehmen, der

- über eine gute Grundfitness verfügt und
- bereits erste Erfahrungen im Boxen hat, z.B. über Taebo oder Fitnessboxen
- bereits als Personaltrainer für Fitnessboxen tätig ist
- in einem Boxverein oder Boxclub trainiert, aber noch keine Sparringserfahrung hat.

Welche Ausrüstung wird benötigt?

Boxstiefel, Tiefschutz, Mundschutz, Kopfschutz (mit Jochbein- und Kinnschutz), Bandagen, 16 Unzen Boxhandschuhe, Springseil, Sandsackhandschuhe, Boxerhose und T-Shirt.

Interessiert? Dann melden Sie sich beim Leiter von Misogi Pro, Marcel Hütte, für ein Vorgespräch. Der nächste Kurs startet im Januar.



Warum ich diesen Kurs entwickelt habe:

Es gibt viele Boxsportfreunde, die schon erste Erfahrungen in Boxen gesammelt haben, aber wohl niemals einen echten Boxkampf absolvieren können, weil es für (ältere) Amateure außerhalb der Boxclubs keine Angebote gibt.

Ich möchte mit dem Boxevent genau diese Lücke schließen, denn zum Boxen gehört eben nicht nur das Training, sondern auch die besondere Motivation eines Kampfes. Alleine das Vereinbaren eines Kampftermins bringt eine ganz neue Dynamik ins Spiel: Man kann von da an nicht mehr ohne Gesichtsverlust zurücktreten, das Training wird zielgerichteter und plötzlich muss man sich auch ganz anders mit der eigenen Psyche auseinandersetzen.



Ich möchte Sie sehr gerne auf diesem Weg begleiten, damit Sie selbstbewusst und perfekt vorbereitet Ihren (ersten?) Boxkampf bestreiten.

Herzlichst, Ihr

Marcel Hütte



Anmeldung für das Boxevent bei Misogi Pro

Per Post an: Misogi Pro, Marcel Hütte, Hanauer Landstraße 287-289,
60314 Frankfurt

- Hiermit melde ich mich zum Event 499,-- EUR
an. (Frühbucherpreis /
Anmeldung und Geldeingang bis 15.12.2009)
- Hiermit melde ich mich zum Event 599,-- EUR
an. (regulärer Preis / Anmeldung und
Geldeingang bis 12.01.10)

Vorname, Name: _____
Straße: _____
PLZ, Ort: _____
Telefon: _____ Mobil: _____
eMail: _____

Termine:

16. / 17. Jan. 2010

27. / 28. Feb. 2010

20. / 21. März .2010

24. / 25. April 2010

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Boxevent bei Misogi Pro an.
Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr auf das Konto
Vereinigte Volksbank Maingau, Konto-Nr. 203 187 063, BLZ 505 613 15.

Ihre Anmeldung ist erst mit Geldeingang verbindlich. Bis 04.01.2010 ist eine kostenfreie
Stornierung der Anmeldung noch möglich. Bei Stornierung nach diesem Tag ist der volle
Betrag zu entrichten. Eine Ersatzperson kann natürlich benannt werden.
Der Seminarleiter übernimmt keine Haftung für eventuell entstehende körperliche und
materielle Schäden. Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr hin.

.....
Unterschrift, Datum

MISOGI PRO BOXING – FIGHTER-FITNESS – PERSONAL TRAINING – JIU JITSU ALL STARS
Hanauer Landstraße 287 – 289 – 60314 Frankfurt am Main – Tel 069/ 48 98 14 31 – Mobil 0177 / 567 45 90 – Info@Misogi.de – www.Misogi.de
Inhaber: Marcel Hütte – Bank: Vereinigte Volksbank Maingau e.G. – BLZ 505 613 15 – Konto 203 187 063 – Ust-Id.Nr.: DE218321149