

# Bauanleitung einer Messer-/Stocktrainingsattrappe



- 1.) Zeitungspapier auf das Format 30x40cm<sup>2</sup> zurechtschneiden
- 2.) Je nach Festigkeit des Papier 16 bis 20 Blätter übereinander legen
- 3.) Von der 30 cm langen Seite her die Blätter zusammenrollen
- 4.) Die nun ca. 3 cm dicke Rolle in der gesamten Länge mit Klebeband umwickeln
- 5.) Mittels eines wasserfesten Stifts die Rolle mit persönl. Namen und dem des Dojo versehen

