



Wadokai Sommerlehrgang in Haslach

Donnerstag 27. - Sonntag 30. Juli 2023

Gebühren:

Sommerlehrgang 2023
gesamter Lehrgang (75,-)

Für Kinder/Jugendliche bis
14 Jahre kostet es
nur **die Hälfte!**

Bitte auf das Konto des Karate Club Haslach e.V. überweisen

IBAN DE32 6645 1548 0000 0310 39

BIC: SOLADES1HAL

Sparkasse Haslach - Zell a.H., Stichwort: **Sommerlehrgang 2023**
Einzahlungsbeleg bitte mitbringen!

Kontaktadresse:

Franz Bohnert
Schondelgrund 13
78132 Hornberg

Handy: 0177 / 69 99 37 5

e-mail: vorstand@karateclub-haslach.de

HP: <http://www.karateclub-haslach.de>



Anreise:

per Bahn:
Bahnhof Haslach im Kinzigtal (Baden)

Herzlich Willkommen

per Auto:

Über die Autobahn A5 Karlsruhe-Basel bis nach Offenburg, dann
auf der B33 in Richtung Villingen-Schwenningen bis nach Haslach.
Der Weg zur Sporthalle/Schwimmbad ist ausgeschildert.
(fürs Navi: Strickerweg 6 - 77716 Haslach im Kinzigtal)

Übernachtung:

In der Jahnsporthalle gegenüber der Eichenbachsporthalle.

Kostenpauschale **5.- €** pro Person (ab 7 J.).

Ab Mittwoch 22.⁰⁰ Uhr bis Sonntag 14.⁰⁰ Uhr

Weitere Übernachtungsmöglichkeiten
über das Verkehrs- und Kulturamt Haslach i.K.

Tel. **07832 / 706 – 171**

Verpflegung:

Im nahen Supermarkt bzw. Innenstadt

Freizeitangebot:

Disco "NEW BLOCKHAUS"

Kino „Rio, Scala & Hali“

Minigolf (am Waldsee)

Beheiztes Freibad neben der Sporthalle

(für Lehrgangsteilnehmer Gruppenpreis erhältlich)



Karate in Haslach
...macht Spass!

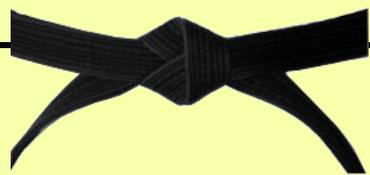
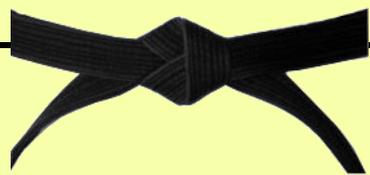
Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.

Die Teilnahme am Lehrgang bestätigt das Einverständnis, Bilder oder Filmaufnahmen
für die Veröffentlichung (z.B. Homepage oder Tageszeitung) freizugeben.



Wado Kai Karate Sommer Lehrgang 2023 in 77716 Haslach i.K.

Trainer & Dr. Elke von Oehsen 8.DAN - Peter Mixa 7.DAN - Werner Buddrus 7.DAN
 A-Prüfer: Dr. Jürgen Fabian 5.DAN - Franz Bohnert 5.DAN - André Jätzschmann 5.DAN
 Gasttrainer: Arno Funk 6.DAN

Uhrzeit	Donnerstag, 27. Juli 2023			Freitag, 28. Juli 2023			Samstag, 29. Juli 2023			Sonntag, 30. Juli 2023		
10:00 <small>mit Kyu-Betreuung</small>	Aufwärmen Kihon - Uke Waza			Aufwärmen Kihon - Uchi Waza			Aufwärmen Kihon - Keri Waza			Aufwärmen Kihon - Tsuki Waza		
11:00 bis 12:00	Kata Wanshu	Sanbon Kumite Braun-gurt	Kinder-trainig (+ÜL) UchiUke Partner	Kata Seishan	Sanbon Kumite Orange-/Grüngurt	Kinder-trainig (+ÜL) SotoUke Partner	Kihon-Kumite 6-7	Freikampf Technik/Taktik	Prinzipien Sen no Sen Zeitpunkt d. Konter	Ohio-Kumite 4-5	Pratzen-training Kurze Kombin.	
12:00 bis 13:00	Kihon - Kumite 8-10	Kata Ku-shanku	Kinder-Kumite Schlag-kontr.	Kihon-Kumite 1-3	Ohio-Kumite 1-3	Hebel-techniken Hand-Arm	Ohio-Kumite 9-10	Freikampf mit Arno Funk	Idori 5-7	Kata Rohai	Sanbon Kumite Braun-gurte	
Besprechungen / Treffen	Pause 			Pause 			Pause			Pause		
	Frei			Frei			13:30 Uhr - 17:00 Uhr			Pause		
							DAN-Prüfung 					
16:00 bis 17:00	Tanto-Tori 1-5	Ohio-Kumite 6-8	Kata Pinan Sandan	Kihon-Kumite 4-5	Fußfeger Technik/Anwend.	Kata Pinan Jodan						
17:00 bis 18:00	Kata Jitte	SB / SV Frauen	Zweikampfspiele Stationen	Idori 1-3	Würfe Grundl. & Beispiele	Kata Pinan Godan						
<small>bis 18:30</small> ca. 19:30	Frei			Grillen - im Foyer/Halle			Abendessen im Städtle			Info: Bei Sanbon Kumite & Kyu Kata Einheiten sind weitere Trainer dabei um verschiedene Kyugrade anzuleiten!!!		
Abend-progr.												