



Info-Brief

Schüler, Junioren, Erwachsene

Ralf Baier, 24.09.2017

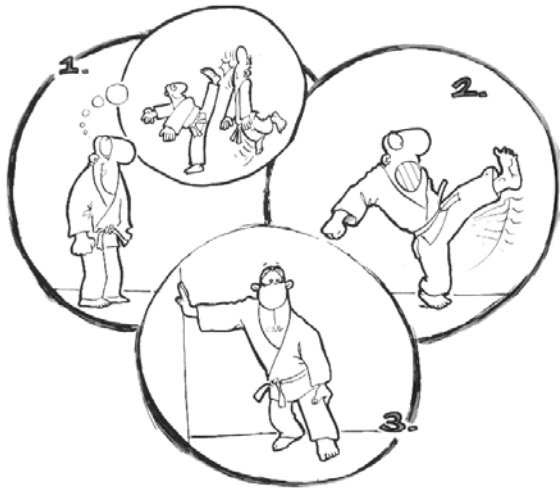
WOU_Vorlage-03, V 1.1, gültig ab: 01.01.2005

Ralf Budde 01577 / 159 5331
Martina Mainz 01573 / 735 3333
Ralf Baier 0162 / 284 3060

ralf.budde@karate-witten.de
martina.mainz@karate-witten.de
ralf.baier@karate-witten.de

Herbst-Trainingslager

zur Prüfungs- u. Wettkampfvorbereitung!



Sonntag, 15. Oktober

Einlass ab 9:30 Uhr

Turnhalle Overbergschule

(Rhienischer Berg 12)

5,- € pro Person

Inkl. Verpflegung & Getränke

Das erwartet Euch ...

	Gruppe 1	Gruppe 2
10.00 - 11.30	Jiyu-Ippon-Kumite	Jiyu-Kumite
11.45 - 12.15	Theorie - Wettkampfregele Mittagspause (Verpflegung wird gestellt)	
13.00 - 14.30	Kata / Bunkai / Kata-Team	Kata / Bunkai / Kata-Team
14.45 - 16.15	Kumite-Ura, Nage-Waza (Unterstufe & Mittelstufe)	Kumite-Ura, Nage-Waza (Oberstufe)
	Ausklang	

Euer Trainer-Team

MARTINA, RALF, RALF

Bitte abtrennen

ANMELDUNG

Name

(bitte deutlich lesbar schreiben!)

Von Minderjährigen Teilnehmer/innen
benötigen wir die Einverständniserklärung
eines Erziehungsberechtigten

(Datum & Unterschrift eines Erziehungsberechtigten)