Info-Brief

Schüler, Junioren, Erwachsene

Ralf Baier, 29.01.2018

WOU_Vorlage-03, V 1.1, gültig ab: 01.01.2005

Ralf Budde	01577 / 159 5331	ralf.budde@karate-witten.de
Ralf Baier	0162 / 284 3060	ralf.baier@karate-witten.de

Goju-Ryu Karate-Do TG Witten

Der Erden-Hund – Das Trainingslager!

Samstag, 17. Februar

Einlass ab 9:45 Uhr

Kleine Jahnhalle (Jahnstrasse 11)

5,- € pro Person

Inkl. Obst & Getränke

Das erwartet Euch …

	Gruppe 1 (auf Matten)	*Gruppe 2*
10.00 – 10.45	Begrüßung & Mattenaufbau & Aufwärmen	
10.45 – 11.45	**Jiyu-Kumite**	**Power Kata**
12.00 – 13.00	**Nage-Waza Drill**	**Kumite-Ura Drill**
13.15 – 14.15	**Bodenkampf**	**Shinai**
14.15 – 14.45	Ausklang & Matten abbauen & Verabschiedung	
	optionale Teilnahme für alle Interessierte:	
15.00 – 16.15	Workshop zum Thema **Mitgliedergewinnung & -bindung**	
16.30 – 17.00	Diskussion zum Thema **Dojo versus Sportverein**	

Euer Trainer-Team

RALF & RALF

---✂------✂------✂------✂------✂-- Bitte abtrennen ---✂------✂------✂------✂------✂---

ANMELDUNG

Name

(bitte deutlich lesbar schreiben!) _____

Von Minderjährigen Teilnehmer/innen benötigen wir die Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten

_____

(Datum & Unterschrift eines Erziehungsberechtigten)