Wadokai Sommerlehrgang in Haslach i.K.

26. Juli - 30. Juli 2012

Gebühren:

Sommerlehrgang 2012
gesamter Lehrgang **€ 50**
ein Tag **€ 15**
Montag ist kostenlos!

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

Bitte auf das Konto des Karate Club Haslach e.V. überweisen
BLZ 664 515 48
Kto. 031 039

Sparkasse Haslach - Zell a.H., Stichwort: **Sommerlehrgang 2012**
Einzahlungsbeleg bitte mit bringen!

Kontaktadresse:

Franz Bohnert
Schondelgrund 13
78132 Hornberg
Mobil: 0177 / 69 99 37 5
e-mail: vorstand@karateclub-haslach.de
HP: http//www.karateclub-haslach.de

Anreise:

per Bahn:
Bahnhof Haslach i.K.(Baden)

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 **3.- €** pro Person (ab 7 J.).
Ab Mittwoch 22.^{00} Uhr bis Montag 13.^{00} Uhr

Weitere Übernachtungsmöglichkeiten
über das Verkehrs- und Kulturamt Haslach i.K.
Tel. 07832 / 706 – 171

Verpflegung:

Im nahen Supermarkt bzw. Innenstadt

Freizeitangebot:

Kino „Rio, Scala & Hali“
Disco „Milieu“
Minigolf (am Waldsee)
Beheiztes Freibad neben der Sporthalle
(für Lehrgangsteilnehmer Sonderpreis erhältlich)

Karate in Haslach
...macht Spass!

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.

Dr. Elke von Oehsen	**7. Dan**	**Arno Funk**	**5. Dan**
Peter Mixa	**7. Dan**	**Franz Bohnert**	**4. Dan**
Werner Buddrus	**6. Dan**		

26. Juli – 30. Juli 2012

in der Eichenbachsporthalle

(beim Schwimmbad) in 77716 Haslach i.K.

Uhrzeit	Donnerstag			Freitag			Samstag			Sonntag			Mo
10:00 11:00	**Kihon** Schwerpunkt **Tsuki Waza**			**Kihon** Schwerpunkt **Keri Waza**			**Kihon** Schwerpunkt **Uchi Waza**			**Kihon** Schwerpunkt **Renzuku Waza**			**DAN - Vorbereitung 9.30-12.30**
11:00 12:00	**Hebel-techniken** **Sanbon K.** 5.- 1. Kyu	**Pinan Kata** Nidan / Shodan	**Kata / Bunkai** Wanshu	**Kata** für 1.DAN Auswahl	**Kyu Shu Jitsu** Angriffs-punkte	**Kata Bunkai** Bis Violettgurt		**Kumite Wettkampf-training** **Arno Funk**		**Kihon Kumite** 6-10	**Messer abwehr** Flow Drill	**Yakusoku** **Kumite**	
12:00 13:00	**Randori mit mehreren Intervallen**			**Kihon-Kumite** 1-5	**Stock-kampf** Doppelstock Flowdrill	**Kata** Ab 4.DAN	**Kata** Pinan Yodan	**Idori**	**Kata** für 2.DAN	**Sanbon-Kumite** An-wendung	**Tanto - Tori** 1-5	**Kata** für 3.DAN	
13:30 bis 15:30				**Kyu Prüfung** bei Tobias Himmelsbach (Anmeldung bis 15. Juli 2012)				**A- Prüfer (WDK) Austausch**					
16.00 Uhr bis 18.00 Uhr	**Ohio-Kumite** aus 1-5 bzw. aus 6-10	**Pinan Kata** Sandan mit Bunkai	**Sanbon Kumite** **8.- 6. Kyu**	**Kampfsituation mit verschiedenen Angriffsformen** **mit Franz Bohnert**			**Sound-Karate Konzept für Kinder und Trainer** **mit Franz Bohnert**			**Ab 15.00 Uhr DAN - Prüfung**			
				ab 19.30 Uhr gem. Abendessen im „Aiple Franz“			**19.00 Uhr Jubiläumsgrillen 25 Jahre KC-Haslach**						

Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung !!!