



Gorin no Sho Isernhagen e. V.

Weihnachts-Lehrgang

Am Samstag, **03.12.2011**, und Sonntag, **04.12.2011**, findet in der Sporthalle der **Heinrich-Heller-Schule**, Jacobistr. 5, Isernhagen-Altwarmbüchen ein Karate und SV-Lehrgang statt.

An diesem Lehrgang können alle interessierten Budoka teilnehmen. Sonntagmittag ab 13.00 Uhr sind Kyu Prüfungen (Wado-Ryu) vorgesehen.

Bitte mitbringen: Karate-Gi und Freude an der Bewegung!

Zeitplan:

Sa. 03.12.2011

14:00 bis 15:30 Uhr Karate Kihon/Kombinationen

16:00 bis 17:00 Uhr SV

So. 04.12.2011

09:30 bis 11:00 Uhr SV (Beispiel: Kata-Anwendungen)

11:00 bis 12:30 Uhr Kumite-Formen

So. 04.12.2011

ab 13:00 Uhr Kyu-Prüfung Wado-Ryu

Anschließend Weihnachtsüberraschung für die Kinder (daher bitte frühzeitig für den Lehrgang anmelden)

Lehrgangsleiter: Klaus Peinecke 4. DAN Wado-Ryu, 1. DAN AKS

Lehrgangsgebühren: 14,00 €

Prüfungsgebühren: 12,00 €

Eintreffen am Samstag ab 13.30 Uhr!