



Wadokai Sommerlehrgang in Haslach

Donnerstag 28. - Sonntag 31. Juli 2022

Gebühren:

Sommerlehrgang 2022
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 2022**
Einzahlungsbeleg bitte mitbringen!

Kontaktadresse:

Tobias Himmelsbach
Lachen 71a
77790 Steinach

Festnetz: 07832 / 977 390

e-mail: tobias-himmelsbach@gmx.net

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 Montag 11.⁰⁰ Uhr

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

Tel. **07832 / 706 – 171**

Verpflegung:

Im nahen Supermarkt bzw. Innenstadt

Freizeitangebot:

evtl. "Europäische Nacht"
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 2022 in 77716 Haslach i.K.





Trainer &
A-Prüfer:

Dr. Elke von Oehsen 8.DAN - Peter Mixa 7.DAN - Werner Buddrus 7.DAN

Dr. Jürgen Fabian 5.DAN - Franz Bohnert 5.DAN - André Jätzschmann 5.DAN

Gasttrainer:

Arno Funk 6.DAN - Alexander Hermann SV-Trainer

Uhrzeit		Donnerstag, 28. Juli 2022			Freitag, 29. Juli 2022			Samstag, 30. Juli 2022		Sonntag, 31. Juli 2022		
10:00 <small>mit Kyu-Betreuung</small>	Einheit 1	Aufwärmen Kihon - Tsuki Waza			Aufwärmen Kihon - Uchi Waza			Aufwärmen Kihon - Keri Waza		Aufwärmen Kihon - Renzoku Waza		
11:00 bis 12:00	Einheit 2	bis 4. Kyu - Kata Pinan Godan	ab 3. Kyu - Kata Kushanku	ab DAN - Kata Niseishi	Idori Aus dem Kniesitz	Sanbon Kumite <i>Kyu-Grade</i>	Kihon-Kumite Auswahl	Kata Rohai	Freikampf Technik/Taktik	Kumite Kata Auszug aus 36	Cadena- Boxen Pratzenrainig	
12:00 bis 13:00	Einheit 3	Sanbon Kumite <i>bis 4. Kyu</i>	Kihon Kumite aus 1-5	Ohyo - Kumite aus 6-10	Kyu - Kata Pinan aus 1-5	Kata <i>Naihanchi</i>	Kata Seishan	Kata Jihon/Jitte	Freikampf mit Arno Funk	Tanto Tori aus 1-7	Kata Pinan aus 1-5	Kihon-Kumite Auswahl
	Besprechungen / Treffen	Pause			Pause			Pause		Pause		
		Frei			Frei					Pause		
										ab 14:00 Uhr DAN-Prüfungen bis 5. DAN 		
16:00 bis 17:00	Einheit 4	Kyu - Kata Bunkei	Kata Wanshu	Kata Bassei	Kinder-Training Koordination	Kata Bassai	Kata Chinto	Freies Training DAN-	Kobudo- Bo Stock - 182cm Bo mitbringen			
17:00 bis 18:00	Einheit 5	Yakusoku-Kumite bis 6. Kyu	Yakusoku-Kumite ab 5. Kyu	Freie Partner-Übung DAN	Kinder-Training Kumite	Messerabwehr ab 16 J.	Ohyo - Kumite aus 1-5	Freies Training Vorbereitung	Modern Arnis Doppelstock	Info: Bei allen Sanbon Kumite & Kyu Kata Einheiten sind weitere Trainer dabei um verschiedene Kyugrade anzuleiten!!!		
ca. 19:30	Abend-progr.	Frei			Grillfest - im Foyer/Halle			Abendessen im Städtle				