

Weihnachtslehrgang in Bad Frankenhausen



mit

Andrè Beck 5. Dan

Diplom Sportwissenschaftler
Athletik-Trainer im TKV und DKV
Lizenz-Trainer des DOSB



Olaf Reichelt 6. Dan

3. Dan Kyûsho Jitsu,
Lizenz-Trainer des DOSB und A-Prüfer des DKV



Inhalte:

Bewegungsanalysen zur Optimierung von Körperhaltung und Dynamisierung einzelner Karate-Techniken,
Vermittlung der unterschiedlichen Bunkai-Formen bis zum Goshin
je nach Fortschritt des Karateka,

Termin: 12. Dezember 2026

Ort: Sporthalle der Grundschule der Kurstadt

Altersgruppen	Gradierung und Zeit	
Kinder und Schüler bis 13 Jahre	09:30 bis 11:00	11:15 bis 12:45
Jugend bis Erwachsene ab 14 Jahre	14:00 bis 15:30	15:45 bis 17:15

Es wird jeweils in den einzelnen Gruppen nochmal nach Graduierung oder Anzahl unterteilt.

Prüfung: Kyu - Prüfungen bis zum 1. Kyu, finden nach der jeweiligen letzten Trainingseinheit statt! * Prüfungsgebühren 17,00 EURO

Die Prüfungsgebühr ist für die Prüfungsmarke und die Urkunde.
Bei den Zwischenprüfungen fällt keine Gebühr an!

Lehrgangsgebühr: 20 EUR bis 13 Jahre, 25 EUR ab 14 Jahre
(Familien erhalten wie immer Rabatt)

Weihnachtsfeier: Im Saal des Fertigungsbereiches VI
Ab 17 Uhr für alle Kinder und Schüler
ab 19:30 Uhr für alle Jugendlichen und Erwachsenen

Haftung: Der Ausrichter lehnt während des Lehrgangs jede Form der Haftung für Personen- und Sachschäden ab!

Info: O. Reichelt Tel.: 0162 / 43 84 194

