

Interner Dojo-Lehrgang

am 09. Oktober 2021 in Hannover

Der Lehrgang dient zur Intensivierung unserer Fortschritte im Karate und richtet sich an **alle Mitglieder der Karate-Dojos Hannover, Lehrte und Barsinghausen sowie der jeweils kooperierenden Schulen.**

Es werden dreimal je drei Einheiten parallel angeboten, in denen jeweils eine Kata intensiv behandelt wird. Die Teilnehmer des Lehrgangs können unabhängig ihres Alters und ihrer Graduierung selbst entscheiden, in welcher Einheit sie trainieren möchten.

Informationen: Geschäftsstelle Karate-Dojo
Tel.: 0511-8092135
Mail: info@karate-dojo-hannover.de

Ort: IGS Kronsberg/Nebenstelle Bemerode
Wilhelm-Göhrs-Straße 4
30539 Hannover

Trainingsplan:

Zeit	Trainingsinhalte		
11:00-12:00	Heian Shodan	Heian Yondan	Bassai Dai
12:00-13:00	Pause		
13:00-14:00	Heian Nidan	Heian Godan	Bassai Sho
14:00-15:00	Pause		
15:00-16:00	Heian Sandan	Seiryu	Sochin

Um 16:30 findet eine Kyu-Prüfung mit Kumite nur für im Vorfeld vom Trainer zugelassene und angemeldete Teilnehmer statt.

Verpflegung: **Bitte Verpflegung und Getränke selbst mitbringen!**

Kostenbeitrag: 5,00 EUR

Eine Teilnahme am Lehrgang ist nur unter **Einhaltung der 3G-Regel** möglich!

Zuschauer sind **nicht** erlaubt.

Eine Begleitperson darf gerne im Foyer warten.

Teilnehmer und Begleitpersonen werden am Eingang aufgefordert ihren 3G-Status (geimpft, getestet oder genesen) nachzuweisen. Bitte den **anhängenden Kontaktdaten-Zettel bereits ausgefüllt mitbringen und am Eingang abgeben!** So vermeiden wir lange Warteschlangen und können den Lehrgang unbeschwert genießen.

Kontaktdaten – Interner Dojo-Lehrgang 09. Oktober 2021

Teilnehmer

Vor- und Nachname: _____

Strasse und Hausnummer: _____

PLZ und Ort: _____

Telefon: _____

Begleitperson

Vor- und Nachname: _____

Ggf. abweichende Adresse: _____

Telefon: _____

Verantwortlich für die Datenverarbeitung:

Karate-Dojo Hannover, Heinrich-Heine-Str. 27, 30173 Hannover

Bitte beachten Sie die Datenschutzhinweise nach Artikel 13 und 14 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

.