

Karate-Aktiv+Wellness-Wochenende

am 05.+06. September 2020



Liebe Karateka,

neben unserer jährlichen Pfingstfahrt nach Müden, werden wir 2020 wieder ein **Karate-Wellnesswochenende für die erwachsenen Mitglieder ab 18 Jahren** der Karate-Dojos Hannover, Lehrte und Barsinghausen anbieten, diesmal als „**Kata-Spezial**“ mit je 3 Katas in der Unter/Mittelstufe und 3 Katas in der Oberstufe.



Im Vordergrund stehen neben dem Karate auch Wellness und Erholung. Der Deister ist als Naherholungsgebiet direkt vor der Tür. Im Sporthotel können Sauna, Schwimmbad und Fitnessraum genutzt werden. Gleichzeitig möchten wir durch das Zusammensein in der Gruppe das Miteinander der Trainer und Mitglieder in unseren Dojos stärken.

Wer kann mit?

Alle volljährigen Mitglieder der Karate-Dojos Hannover, Lehrte und Barsinghausen im Alter von 18-99 Jahren.

Wo? Wann?

Vom **05.-06.09.2020** im Sporthotel Fuchsbachtal, Bergstr. 54, 30890 Barsinghausen (Eigenanreise, Parkplätze / Bushaltestelle vor dem Hotel)

Programm?

Sa: 10 Uhr Kata I, 12 Uhr Mittag, 15 Uhr Kata II, 17 Uhr Kaffee/Kuchen, 20 Uhr Abendessen, dazwischen und danach besteht Gelegenheit für Wellness/Fitness/Schwimmen und gemütliches Beisammensein
So: ab 8 Uhr Frühstück, 10 Uhr Kata III, 12 Uhr Mittagessen, danach gemütliches Ausklingen in der Sauna oder im Deister

Kosten?

120,- Euro p.P. inkl. Unterkunft im Doppelzimmer (+ 20,- € Einzelzimmerzuschlag), Vollpension (Sa.: Mittag, Kaffee / Kuchen, Abendessen, So: Frühstück + Mittagessen), inkl. Wellnesseinrichtungen (Sauna, Schwimmbad, Fitnessbereich). Bademäntel oder Mountainbikes (wer es noch aktiver möchte...) können im Hotel gegen eine Gebühr ausgeliehen werden. Ein Zustellbett für Kinder von 0-6 Jahren ist kostenfrei, Hunde erlaubt (Gebühr)

Anmeldung

Die (unverbindliche) Anmeldung (Abschnitt unten) gerne ab sofort per Mail an Karen.Grugel@Karate-Dojo-Barsinghausen.de senden. Die Vergabe der Zimmer erfolgt in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen.

Die **Teilnahmegebühr ist bis 15.06.2020** auf das Vereinskonto des Karate-Dojo Barsinghausen IBAN **DE17 2519 3331 7020 2311 00** zu entrichten. Bei nachträglicher Abmeldung von der Reise fallen ab dem 15.6.2020 80% Stornogebühren an, falls das Zimmer nicht mehr vergeben werden kann (das Hotel war dahingehend bislang sehr kulant.)

Für weitere Fragen stehen Euch Riad und Karen gerne zur Verfügung 😊

Hiermit melde ich mich zum Karate-Aktiv+Wellness-Wochenende (05.-06.09.2020) an:

Nachname, Vorname

Kyu/Dan-Grad

Trainer / Dojo

Belegung des Doppelzimmers zusammen mit (Name)

() Doppelz. p.P. 120,- () Einzelzimmer 140,-

Mailadresse und Handynr.

Mahlzeiten:

() vegetarisch () kein Schwein

() sonstiges: _____

Die Teilnahmegebühr werde ich bis 15.06.2020 überweisen.

Zusatzwünsche (Zustellbett/Hund/Verleih):

() _____

Datum, Unterschrift

Zimmerwunsch (gleiches wie letztes Jahr?)
