



Ausschreibung

Am 30. & 31. März 2019, findet
ein Lehrgang mit

Uwe Hirtreuter

(8. Dan Wado-Ryu)

in der

**Turnhalle der Dr.-Salvador-Allende-Grundschule,
Straße Usti nad Labem 279,
09119 Chemnitz statt.**

Ablauf Samstag, 30.3.

10:00 – 12:00 Uhr	Erwärmung, Kihon (alle Grade)
12:00 – 12:45 Uhr	Mittagspause
12:45 – 14:15 Uhr	Kihon Kumite
14:30 – 16:00 Uhr	Kata (Wanshu)

Ablauf Sonntag, 31.3.

10:00 – 11:30 Uhr	Kata (Seishan)
12:00 – 13:30 Uhr	Tanto Dori und Idori
13:30 Uhr	Abschlussbesprechung

Der Lehrgang ist ab dem 6. Kyu geeignet und dient auch der DAN-Vorbereitung.

Am Samstag wird von 10 bis 12 Uhr eine Trainingseinheit für Karateka jeden Grades angeboten, um auch denjenigen bis 7. Kyu ein Training mit Uwe Hirtreuter zu ermöglichen.

Teilnahmegebühr: Samstag

Nur 1. Einheit 5 Euro
unter 18 Jahre: 15 Euro
ab 18 Jahre 30 Euro

Sonntag

unter 18 Jahre: 8 Euro
ab 18 Jahre 10 Euro

Samstag + Sonntag

unter 18 Jahre: 20 Euro
ab 18 Jahre 35 Euro

Für den kleinen Hunger und Kaffeedurst zwischendurch wird gesorgt.

Der Verein übernimmt keine Haftung.

Anmeldungen können gern vorab an bushidochemnitz@web.de gerichtet werden.

Das Team von Bushido Chemnitz