

50 Jahre

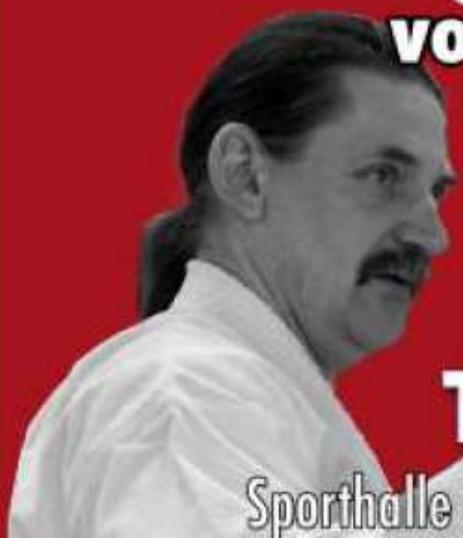


Jubiläums- lehrgang

für Erwachsene und
Jugendliche ab 13 Jahre

Samstag, den 21.09.2024

von 10:00 - 17:00 Uhr



Trainingsplan

Sporthalle des Georg-Büchner-Gymnasiums in Letter

Uhrzeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3
10:00 - 10:30	Begrüßung und Vorstellung der Trainer		
10:30 - 11:45	Training mit Im Bak (KCS Cheftrainer 1979 - 1988) für alle		
12:00 - 13:15	Training mit Eddy de Vos (Belgien) Unsere Quelle für Bunkai und traditionelles Karate seit 1999		"Über den Tellerrand schauen" Tai-Chi mit Peggy Ahlborn
13:45 - 14:30	"Was steckt drin?" - Von der Form zur SV - Barbara Remer u. Martin Pietsch		
14:30 - 15:15	Die edlen Übungen der alten Meister in Anwendung - Thomas Keese u. Torsten Nickel		
15:30 - 16:45	"Messer-, Stock- und Bodenkampf - ein komplettes SV-System" Kempo-Arnis mit Jan Torborg		"Karate-Techniken auf den Punkt" Kyusho Jitsu mit Silvio Korte
ab 17:00	Grillparty für alle auf dem Schulhof direkt an der Sporthalle		

Eine Teilnahmegebühr wird nicht erhoben, für Verpflegung zu fairen Preisen ist gesorgt.

Anmeldung bitte bis zum 08.09.2024 per eMail an events@karate-club-seelze.de.

Ausrichter und Veranstalter übernehmen keine Haftung. Mit der Teilnahme willigen die Teilnehmer bzw. deren Erziehungsberechtigte ein, dass Fotos und Videos, die im Rahmen des Lehrgangs entstehen veröffentlicht werden dürfen.