

Lehrgang
mit Alexander Jährig, 4. Dan und Yoga-Lehrer
23. November 2013

Ort: Turnhalle hinter dem „Dürer
Begegnungszentrum“
Albrecht-Dürer-Straße 85
09366 Stollberg

Trainingszeiten:

Samstag: 13:00 – 14:30 Uhr Oberstufe
14:45 – 16:15 Uhr Oberstufe
16:30 – 17:30 Uhr Alle
17:15 – 18:30 Uhr Alle

Themen: Kata Sepai / Ablauf/ Bunkai
Taikyoko Kage-Uke und Mawashi Uke
Karate Do und Yoga
Dojo Kun

LG Kosten: **15,00 €**
bei Voranmeldung **10,00 €**
bis 19.11.2012

Eltern sind herzlichst eingeladen und können kostenlos beim Kindertraining teilnehmen.

Sonstiges: Ein kleiner Imbissstand wird in der Halle sein.

Kontakt: Thomas Richter
Tel.: 0157-72929758
Email: ThomasRichter@karate-and-fun.de



Der Lehrgang ist anerkannt als Übungsleiterverlängerung vom Sächsischen Karatebund.

Eine Haftung wird generell abgelehnt.
