



Uni Karate Dojo
Stuttgart e.V.

UKD Sommerlehrgang Karate am Altaussee in Österreich

vom 23.08.2010 bis 27.08.2010 mit

Janez Skerlak, 5. Dan, Kataspezialist

Martin Häckl, 3. Dan, B-Trainer, Kumite

Elke Spegg, Shiatsu-Praktikerin, Qi Gong Lehrerin

Susanne Weißer-Torma, 3. Dan, SBSV-Referentin, Karatelehrerin

Lehrgangsort Altaussee, Österreich

Unterkunft Jugendherberge Altaussee, <http://www.jufa.at/altaussee.php>

Mo		Di		Mi	Do		Fr
Kumite I Martin		Kumite I Martin		ZBV	Kumite I Martin		ZBV
Frühstück							
Kata Kihon Bunkai (US) Janez	ZBV	Kata Kihon Bunkai (US) Janez	ZBV	Ausflug, s. Rahmen- programm	Kata Kihon Bunkai (US) Janez	ZBV	Kyu-Prüfung
Kata Kihon Bunkai (Shito Ryu) Susanne	ZBV	Kata Kihon Bunkai (Shito Ryu) Susanne	ZBV		Kata Kihon Bunkai (Shito Ryu) Susanne	ZBV	
Qi Gong Elke	ZBV	Qi Gong Elke	ZBV		Qi Gong Elke	ZBV	LG Abschluss
Mittagspause							
Kumite II Martin		Kumite II Martin			Kumite II Martin		Lehrgangs- turnier Kata/Kumite
Kata Kihon Bunkai (OS) Janez	ZBV	Kata Kihon Bunkai (OS) Janez	ZBV	Kata Kihon Bunkai (OS) Janez	ZBV		
SB/SV Susanne	ZBV	SB/SV Susanne	ZBV	SB/SV Susanne	ZBV		
Abendessen							
Shiatsu Elke	ZBV	Shiatsu Elke	ZBV	Shiatsu Elke	Shiatsu Elke	ZBV	gemeinsamer Abschluss- abend

ZBV: Je nach Hallenauslastung ist freies Training/Prüfungsvorbereitung (mit/ohne Trainer) möglich.

US: Unterstufe

OS: Oberstufe

SB/SV: Selbstbehauptung/Selbstverteidigung

Prüfungen Prüfungen Shotokan und Stiloffen (DKV) 9. – 1. Kyu
Urkunden und Marken für die Kyu-Prüfung sind vorhanden! Kosten 12,00 Euro

Lehrgangsgebühr s. Anmeldung

Rahmenprogramm gemeinsame Unternehmung am Mittwoch, Abschlussabend

Leistungen Unterkunft mit Halbpension (Frühstück, warmes Abendessen), Kurtaxe,
Hallennutzung, Lehrgangsgebühr, Lehrgangsturnier, Abschlussabend

An-/Abreise Individuell, Möglichkeit zur Bildung von Fahrgemeinschaften
Empfohlene Reisedaten: Sa. 22.08. bis Sa. 28.08.2010

Infos & Anmeldung <http://www.ukd-stuttgart.de>,
Tel.: 01803-663388-76086 (Yvonne Grewin),
sommer2010@ukd-stuttgart.de

Haftung Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung jeglicher Art ab.

Veranstalter Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.