

Karatelehrgang

traditionelles Karate trifft auf
moderne Sportwissenschaft

23./24. September 2023 in Freital

Themen

Schnelligkeit und deren Umsetzung im Karate
Kumite-Taktik

TRAININGSORT Samstag

„Geschwister Scholl OS“
Richard-Wolf-Straße 1
01705 Freital

TRAININGSORT Sonntag

„Glück-Auf-Grundschule“
Straße der Stahlwerker 8
01705 Freital

ÜBERNACHTUNG

Hallenübernachtung möglich

PARTY

Gemütlicher Grillabend
an der Übernachtungshalle
Unkostenbeitrag 10,- €

INFO

Marco Herrmann
Tel.: +49.176.21.25.44.86
Email: marco@shotokan-freital.de
www.shotokan-freital.de

TAG 1 alle Graduierungen

	Halle 1 bis 13 Jahre	Halle 2 ab 14 Jahren
10:00 - 11:00	Andy	Lars
11:15 - 12:15	Lars	Andy
14:00 - 15:00	Andy	Lars
15:15 - 16:15	Lars	Andy

TAG 2 ab 5. Kyu

10:00 - 10:30	Lars
10:30 - 11:15	Andy
11:15 - 12:00	Lars

ANMELDUNG

Anmeldung per Mail bis
zum 19.09.2023 erforderlich

Gebühr:	2 Tage	1 Tag
Externe Gäste:	25 €	20 €
SKV-Mitglieder:	frei	

SHOTOKAN
FREITAL
SKV
松濤館空手道



Lars Löwe

Diplom Sportwissenschaftler Reha/Präv.
1. Dan Karate
World Cup 5. Platz Kumite
BLUEfit Manager TUI BLUE

Andreas Langer

4. Dan DJKB/JKA
Karate seit 28 Jahren
mehrere Jahre aktiv im DJKB-Nationalteam
mehrfache Wettkampferfolge auf nationaler und internationaler Ebene
Stützpunktrainertätigkeiten im DJKB-Stützpunkt Nord/Ost