

3. Shotokan DANSHAKAI Sachsen

23.11.2024

mit Fiore Tartaglia, 7. Dan Karate



Lehrgangsthema:

Körperspannung und Körperentspannung während der Kata

Veranstalter/ 1. Görlitzer Karateverein e.V.
Veranstaltungsort: Melanchthonstraße 39B
02826 Görlitz

Anmeldung: Per E-Mail unter karate.goerlitz@gmx.de oder
über unsere Website: www.karate-goerlitz.de

Übernachtung: Eine Übernachtung in unserem Dojo ist nach Voranmeldung mit
Schlafsack möglich.

Sauna: Am Abend steht Euch unsere hauseigene Sauna zur Verfügung
(in der Lehrgangsgebühr enthalten)

Verpflegung: Es wird ein Mittagsbuffet sowie Kaffee und weitere Getränke
bereitgestellt.
Übernachtungsgästen kann ein Frühstück angeboten werden.

Kosten: Lehrgangsgebühr: 25€ p.P.
Frühstück Sonntag: 5€ p.P.

Bezahlung erfolgt am Veranstaltungstag!

Trainingsplan:

Tag	Uhrzeit	Training
23.11.2024	10:30 – 11:45 Uhr	5. Kyu – 1. DAN
	12:30 – 13:45 Uhr	ab 2. DAN
	14:00 – 15:15 Uhr	5. Kyu – 1. DAN
	15:30 – 16:45 Uhr	ab 2. DAN



Der Veranstalter lehnt Haftung jeglicher Art ab!