



Shotokan Karate Dojo Kirchberg e.V.

lädt ein zum Lehrgang mit

Fritz Oblinger

7. Dan Shotokan, 6. Dan SOK, 2. Dan Kyusho-Jitsu

Thema: die Bedeutung der Atmung im Karate
(Aufwärmung mit Capoeira)

Wann: 22.02.2014

Wo: Sperlingsbergschule
Sperlingsberg 23
08107 Kirchberg

Trainingszeiten:

10:00 - 11:30	Anfänger - 6.Kyu
11:30 - 13:00	5.Kyu - Dan
13:00 - 14:00	Mittagspause
14:00 - 15:30	Anfänger - 6.Kyu
15:30 - 17:00	5.Kyu - Dan



Lehrgangsgebühr: 15,00 Euro

Verpflegung: kleine Snacks für Zwischendurch werden wir vorbereiten...

Prüfung: bis 1.Kyu möglich, Urkunden und Prüfungsmarken sind vorhanden.

Infos: Kay Jähnich
Crinitztastraße 152
08147 Crinitzberg
kay.jaehnich@web.de
0177 / 5246424
0375 / 56009703

Sandra Gottschalk
An der Stockwiese 26
08107 Kirchberg
sandra_mails@yahoo.de
0173 / 4020408

Haftung: Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.