



PSV Heidelberg e.V.
Karate-Abteilung



Wado-Lehrgang

mit

Khanh Hoang

5. DAN Wado-Ryu

am 22. - 23. September 2018

**Trainingszeiten
& Inhalte:**

Samstag

10:00 – 11:00 Uhr Karate für Kinder (ab 8. Jahre)

11:15 – 12:30 Uhr Kihon und Kata für Jugendliche (ab 12 Jahre)

Mittagspause

13:30 – 14:00 Uhr Warm up mit Karate

14:00 – 15:15 Uhr Keri Waza

15:30 – 17:00 Uhr Renzoku Waza

Sonntag

10:00 – 11:00 Uhr Aufwärmen Uchi Waza

11:15 – 12:15 Uhr Kihon Kumite (nach Wahl)

12:30 – 13:30 Uhr individuelle DAN Vorbereitung

Lehrgangsort:

Sporthalle des PSV Heidelberg
Tiergartenstraße 9, 69120 Heidelberg

Die Halle des PSV befindet sich hinter dem Parkplatz des Schwimmbads Tiergarten. Kostenloses Parken für Teilnehmer und Besucher (Ticket kann im Dojo entwertet werden, Anfahrtsskizze auf der Webseite).

Teilnahmegebühr:

Samstagsvormittag 10.- €, Samstagnachmittag 15.- €

Sonntag 20.- €

beide Tage 30.- €

Jugendliche bis 15 Jahre bezahlen die Hälfte

Haftung:

Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung.

**Veranstalter &
Ausrichter**

PSV Heidelberg e.V., Abteilung Karate

Kontakt / Info:

info@karate-hd.de

Weitere Infos unter: www.karate-hd.de

