# 11. KARATE FUN-LEHRGANG
## zum Jahresauftakt 2019

**WANN?**
19.01.2019
12:00–17:15 Uhr

**WO?**
WSSV Wilhelmshaven
Sportforum 30
26386 Wilhelmshaven

**LEHRGANGSKOSTEN?**
Keine!!!

**DIE TRAINER:**
Dennis Herold, 5. Dan
Jens Donat, 4. Dan
Holger Janßen, 4. Dan
Tino Kunze, 3. Dan
Thorsten Schaffer, 3. Dan
Rudolf Schwalda, 3. Dan
Heidi Wege, 2. Dan
Yvonne Gründler,
Physiotherapeutin

Änderungen vorbehalten

Nach einem gemeinsamen Aufwärmprogramm wird in 4 Hallen parallel Training angeboten. 3 Einheiten sind nacheinander nutzbar.
12:00-12:40 Uhr; 12:50-14:05 Uhr; 14:30-15:45 Uhr; 16:00-17:15 Uhr.

**Inhalte:**
Kindertraining, SV, Grundschule, Cane, Bo, Kata, Physio im Karate, Kumite

**GOODIE!!**
Jürgen Liedtke, selbst Karateka und professioneller Fotograf, ist mit seinem Fotostudio dabei. Hier könnt ihr tolle Fotos im Karate von euch machen lassen. Und das zu fairen Preisen und nur wenn ihr auch Fotos nehmt.

**WICHTIG!!**
Für das gemeinsame Essen abends ist eine Anmeldung bis einschließlich dem 14.01.2019 zwingend erforderlich! (aks-wilhelmshaven@t-online.de)

Layout:
Michael Lorenz,
AKS Wilhelmshaven
Fotos: Pixabay.com

**FOTOflexibel**

# FOTOSHOOTING beim Fun-Lehrgang

## FÜR ALLE TEILNEHMER

Samstag, 19. Januar 2019 in Wilhelmshaven

Die Sportler werden in einem mobilen Studio fotografiert, kostenlos und unverbindlich.
Das Shooting findet während des Lehrgangs statt!

Jeder Teilnehmer bekommt eine **„FOTODATEI-GRATIS“**

**VERANSTALTER/AUSRICHTER:**

WSSV Wilhelmshaven
AKS Karate
Sportforum 30,
26386 Wilhelmshaven

**HAFTUNG:**

Während des Lehrgangs werden möglicherweise Bild-, Ton- und Filmaufzeichnungen gemacht. Bei eurer Teilnahme erklärt ihr euch mit einer möglichen Veröffentlichung einverstanden.

Eure Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Haftung nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen.

**HINWEIS:**

Wenn vorhanden, Cane und Bo mitbringen!

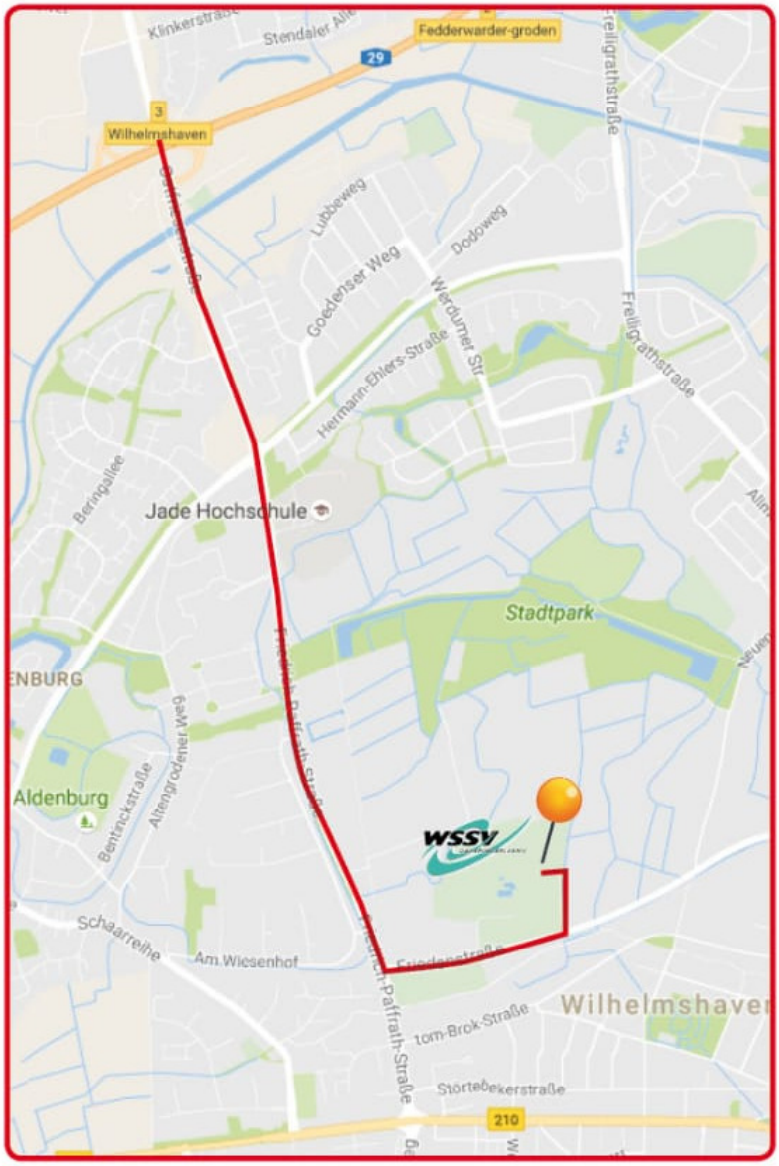
Der Lehrgang ist so aufgebaut, dass ihr euch die verschiedenen Trainingseinheiten nach eigener Wahl zusammen stellen könnt.

**VERPFLEGUNG:**

Für preiswerte Getränke und Snacks während des Lehrganges ist gesorgt. Ab ca. 18:00 Uhr wollen wir noch gemeinsam Essen und gemütlich Beisammen sein.
Schnitzel mit Beilagen für 9,90 Euro
Vegetarisches Essen für ca. 6,50 Euro
(Salate, Camenbert etc.)
Namentliche Anmeldung bis 14.01.2019 erforderlich!

**INTERESSE ODER WEITERE INFOS NOTWENDIG?**

Holger Janßen,
Tel.: 04421 / 8 11 44 | Fax: 04421 / 8 12 50
Mobil: 0160 902 95 950
E-Mail: aks-wilhelmshaven@t-online.de
Info: www.aks-karate-wilhelmshaven.de




Wegbeschreibung für „analoge“ Verkehrsteilnehmerinnen:
A 29 bis Ausfahrt 3 (Coldewei), dann links abbiegen Richtung Stadtmitte / Sportforum (ca. 2,7 km). 6. Ampel links abbiegen, Richtung Sportforum. Nach dem Schwimmbad Nautimo links abbiegen (Ausschilderung WSSV folgen).

Für „Navi“-Fahrer: Sportforum 30, 26386 Wilhelmshaven

Version 1.0