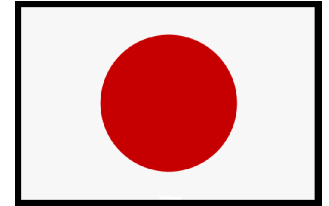




# Benefiz-Karate-Lehrgang „Karateka für Japan“ am 30.04.2011 in Hamburg-Stellingen



Zeiten	Halle 1a (große Halle)	Halle 1b (große Halle)	Halle 2 (kleine Halle)
10:00 - 11:15	<b><u>Bernd Facklam, 6. Dan Ju-Jitsu, 3. Dan Sho:</u></b> Selbstverteidigung für Karateka Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Michael Dück, 4. Dan Shotokan:</u></b> Schnuppertraining für Erwachsene Alle interessierten Erwachsene	<b><u>Kim Punert, 2. Dan Shotokan:</u></b> Schnuppertraining für Kinder Alle interessierten Kinder
11:20 - 11:25	<b><i>Begrüßung der Teilnehmer in Halle 1</i></b>		
11:30 - 12:45	<b><u>Peter Lembke, 5. Dan Goju-Ryu (IOGKF):</u></b> Kakie - „Klebende Hände“ Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Ibo Günes, 4. Dan Shotokan, LT HH:</u></b> Wettkampf-Kumite Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Andreas Brannasch, 4. Dan Shotokan:</u></b> Kumite für Kinder Alle Stile, alle Graduierungen
13:00 - 14:15	<b><u>Axel Domnick, 5. Dan Wado-Ryu:</u></b> Ausweichen, Umleiten, Blockieren Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Joachim Töpfer, 5. Dan Shotokan:</u></b> Kombinationen und Partnertraining Alle Stile, ab. 4. Kyu	<b><u>Vanessa Strunk, 2. Dan Shotokan:</u></b> Soundkarate für Kinder Alle Stile, alle Graduierungen
14:30 - 15:45	<b><u>Frank Carmichael, 4. Dan Wado, 1. Dan Aikido:</u></b> Wenn's mal schnell gehen muss... Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Sevki Akyildiz, Shotokan:</u></b> Holistic Karate, Hara, Atmung, Kiai, ... Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Heinrich Reimer, 7. Dan AKS, 6. Dan Wado:</u></b> Kinder-Special Alle Stile, alle Graduierungen
16:00 - 17:15	<b><u>Uwe Hirtreuter, 7. Dan Wado-Ryu:</u></b> Wado-Ryu und Selbstverteidigung Alle Stile, alle Graduierungen, ab 14 Jahre	<b><u>Rudolf Preuß, 4. Dan Shotokan, LT SH:</u></b> Koordination, Richtung, Bewegung Alle Stile, alle Graduierungen	<b><u>Vanessa Strunk &amp; Kim Punert:</u></b> Geschicklichkeits-Parcours Alle Stile, alle Graduierungen

Veranstalter und Ausrichter: Hamburger Karate-Verband e.V.

Die Idee: Wir wollen den Not leidenden Menschen in Japan helfen, die nach Erdbeben und Tsunami auch noch mit einer nuklearen Katastrophe zurechtkommen müssen. Eine Reihe ehrenamtlicher Trainer und Trainerinnen laden deshalb zu diesem Lehrgang ein. In Halle 2 bieten wir spezielle Einheiten für Kinder an. Alle Einnahmen gehen ohne Abzüge an die Aktion „Japan in Not“ von World Vision Deutschland [www.worldvision.de](http://www.worldvision.de)

Lehrgangsgebühr/Spende: 15,- Euro für Erwachsene und 10,- Euro für Kinder bis 14 Jahre (Geburtsjahr 1997 bis 2011). Die Schnuppertrainings sind kostenlos. Weitere Spendendosen stehen an der Kasse und beim Catering.

Trainingsort und Anreise: Bezirkssporthallen, Wegenkamp 7/9, 22527 Hamburg-Stellingen. A7 Stellingen, ÖPNV [www.hvv.de](http://www.hvv.de)

Verpflegung: Essensspenden wie Brötchen, Kuchen, usw. werden gern angenommen und gegen freiwillige Spenden wieder verschenkt.

Haftung: Es kann nicht für Schäden gehaftet werden. Die Teilnahme ist für Trainer und Teilnehmer freiwillig. Eltern haften für ihre Kinder.

Infos und Ansprechpartner: Michael Dück, Telefon 0173/9468951, [michael.hamburg@gmx.de](mailto:michael.hamburg@gmx.de) oder Internet [www.karate-breitensport.de](http://www.karate-breitensport.de)

*Wir wünschen allen Teilnehmern aus Hamburg und Umgebung einen schönen Trainingstag*

[www.karate-breitensport.de](http://www.karate-breitensport.de)

Stand 15.04.2011

Änderungen vorbehalten