



SHOTOKAN

Offenes Dojo-Training

BC Goshin e.V.

2024



1984

Hamburg

08. Juni 2024

„Älter werden mit Karate-Do“

Zwei Trainings rund um die Fragen: Wie können Formen und Techniken individualisiert werden, damit sie den jeweiligen körperlichen Möglichkeiten entsprechen? Welcher Trainingsaufbau ist altersgerecht und welche Möglichkeiten können aus langjähriger Karate-Erfahrung erwachsen?

Training	Es wird in einer Gruppe trainiert. Max. 20 Teilnehmer*innen, Anmeldung an kontakt@goshin.de . Wasser, Kuchen und kleine Verpflegung vor Ort vorhanden.
Trainer*innen	Manuela Kolster (3. Dan) und Jörg Bendrien (4. Dan)
Zeit	Zweimal 75 Minuten mit Pause, 11:00 – ca. 14:00 Uhr
Ort	Dojo des BC Goshin e.V. Wandsbeker Chaussee 62 a (Hinterhof), 22089 Hamburg
Kosten	Spende erbeten
Ausrichter	BC Goshin e.V.
Info und Anmeldung	www.goshin.de kontakt@goshin.de
Haftung	Eine Haftung wird vom Ausrichter nicht übernommen.

Ausblick

13. Juli 2024: 2. Offenes Dojo-Training im BC Goshin