



Karate Sommerlehrgang

am 6. Juli 2024 in Hamburg
mit Marco Klein + Khanh Hoang

Marco Klein
4. Dan Shotokan



Khanh Hoang
6. Dan Wado Ryu



Training:

10-11:30 Uhr:

Halle 1/Marco: Kata Bassai Dai/Bunkai
Halle 2/Khanh: Selbstbehauptung/Selbstverteidigung f. alle von 8-10 Jahren

11:30-13 Uhr:

Halle 1/Marco: Prinzipien und Optimierung der Kata-Darbietung
Halle 2/Khanh: Selbstbehauptung/Selbstverteidigung f. alle von 11-13 Jahren

13-13:30 Uhr:

Pause

13:30-15 Uhr:

Halle 1/Marco: Kata Heian Nidan/Bunkai
Halle 2/Khanh: Selbstverteidigung ab 14 Jahre + Fortgeschrittene

10-15 Uhr:

Für alle, für die es gerade kein Angebot gibt:
Budoraum 2/ETV-Team: Prüfungsvorbereitung
(Shotokan)

Ab 15 Uhr **Kyu-Prüfungen Shotokan** und **Wado Ryu** bis 1. Kyu
für Teilnehmer mit gültigem DKV-Ausweis

Ort: Neue Dreifeldhalle des ETV, Hohe Weide 17
in Eimsbüttel (Durchgang neben dem Diakonie-Klinikum)

Lehrgangsgebühr: 10 €

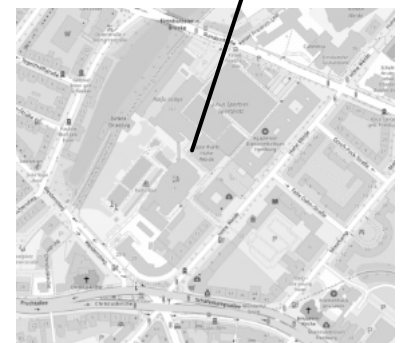
Verpflegung: reichhaltig vor Ort

Veranstalter: ETV-Hamburg e.V., 20144 Hamburg

Info + Kontakt: karate@etv-hamburg.de, karate-etv.de

Haftung: Keine Haftung für leichte Fahrlässigkeiten durch den Veranstalter

Sporthalle Hohe Weide



ANREISE:

Mit Bus + Bahn: Ab Bahnhof Dammtor mit der Buslinie 4 (Richtung Wildacker) bis Haltestelle Schlankreye, Fußweg: 6 Minuten bis zur Halle | oder von U-Bahn Hoheluftbrücke mit der U3 bis S-Bahn Schlump und von dort mit der Buslinie 4 oder 181 (Richtung Niendorfer Gehege) bis Schlankreye

Mit dem Auto: aus Richtung Norden: A7, Ausfahrt Stellingen, über Kieler Straße, Fruchttal, Dohrmannsweg, Osterstraße, Bundesstraße bis Hohe Weide | aus Richtung Süden: A7, Ausfahrt Bahrenfelder Straße, über Bahrenfelder Chaussee, Stresemannstraße, Alsenstraße, Dohrmannsweg, Osterstraße, Bundesstraße bis Hohe Weide | Achtung: in den umliegenden Strassen Anwohnerparken (kostenpflichtig), Parkplätze im Parkhaus des Diakonie Klinikums: 2,5€/Stunde, 10 €/Tag