

Karate und Ki-Training - stiloffen!

Hamburg-Niendorf am 12. September 2009



Petra Schmidt

4. Dan Karate (Shotokan)

Autorin von: **ki-Karate. Zur Philosophie von Ki, Karate und Kampfkunst.**

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

Wo: Sportanlage Sachsenweg, Sachsenweg 91, 22455 Hamburg

Wann: Samstag, 12.09.2009 (alle Graduierungen, alle Stilrichtungen):
10:00 - 11:30 h Ki-Training – (3 Minuten Umziehpause)
11:30 - 13:00 h Karate
13:00 - 14:00 h Pause
14:00 - 15:00 h Ki-Training – (3 Minuten Umziehpause)
15:00 - 16:30 h Karate

Anreise ÖPNV: U2 bis Niendorf Nord, dann Bus 24 bis Pommernweg oder
U1 bis Langenhorn Markt, dann Bus 24 bis Pommernweg

Anreise PKW: Abfahrt A7 HH-Schnelsen-Nord. Der Weg ist ab hier ausgeschildert und dauert nur etwa 5 Minuten. Ab der Autobahn einfach Richtung Langenhorn und Flughafen fahren und dabei rechts halten. Bei Lärmschutzwand rechts in den Märkerweg abbiegen, dann übernächste links in den Keltenweg und dann wieder rechts in den Sachsenweg abbiegen. Das war's.

Kosten: € 20,00

Kontakt/Info: www.ki-karate.com (unter: Kurse)
Michael Dück - 0173/9468951 - michael.hamburg@gmx.de
LG-Änderungen: www.michaeldueck.de/Breitensport/index.htm

Verpflegung: Vor Ort

Für das Ki-Training bitte bequeme Kleidung mitbringen! (Jogginghose und T-Shirt)

Der Ausrichter und Veranstalter lehnt jede Art der Haftung ab.

Stand: 18.08.2009