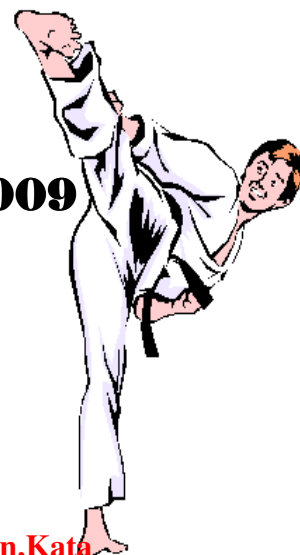


# Karate Verein Okinawa-te Geldern e.V.



**Einladung zum Frühjahrslehrgang am 28.03. 2009**

**Stilrichtungs- und Verbands offen**

**Lehrgangsleiter: Richard Froeschke 5.Dan**

**A-Trainer, Karatelehrer Gesundheitstrainer, ÜL-Sport der Älteren im DKV,**

**Ort:** Turnhallen der Anne Frank-Schule, Anne Frank Straße in Geldern

**Trainingszeiten:** Unterstufe Weiß-Grüngurt 9,30-10,45Uhr **Kihon, Kata**  
12,00-13,15Uhr **Kumite**

Oberstufe ab Blaugurt 10,45-12,00Uhr **Kampfkombinationen**  
13,15-14,30Uhr **mit und ohne Partner**  
**Bunkai**

Anschließend sind Prüfungen bis zum 1.Kyu DKV (Shotokan)

**Lehrgangsgebühr:** bis einschließlich 15 Jahre **7,50€**  
Ab 16 Jahre **10,00€**



**In der Lehrgangsgebühr enthalten sind Imbiss und Getränke**

**Anmeldung bis zum 20.03. bei Richard Froeschke**

Harttor 34 47608 Geldern tel:02831 88495 e-mail richard.froeschke@gmx.de

**Eine Anmeldung ist **erforderlich**, da für Speisen und Getränke gesorgt werden muss.**

---

**Lehrgangsfete:** Mindestalter 16 Jahre oder in Begleitung eines

Erziehungsberechtigten.

**Ort:** Vereinslokal Gaststätte zum Lünebörger  
Geldern-Pont  
Venloerstr.120

**Beginn:** 19,00Uhr (variabel)



**Betrag:** **10€** für Warmes Essen (Buffet) und Cola, Limo, Wasser.  
**alkoholische Getränke müssen extra bezahlt werden**

**Wegen der Planung des Buffets ist eine **Anmeldung unbedingt** erforderlich.**

Mit sportlichem Gruß Richard