

夏 1. Natsu-Lehrgang Erlangen

Karate mit

Fritz Oblinger

6. Dan Shotokan und Stiloffen im DKV

Harald Strauß

5. Dan Shotokan

31.7.10



**Sommerlehrgang für alle Gürtelgrade
mit Danvorbereitung für die Oberstufe**

Inhalt Oberstufe: Kata Gankaku岩鶴, Kata Chinte珍手, incl. Entwicklung von Bunkai und Grundschule aus diesen Katas

Inhalt Unterstufe: Kata Heian Nidan und Kata Heian Yondan incl. Bunkai und Kihon

**Ausrichter und
Veranstalter:**

Sportgemeinschaft Siemens Erlangen, Karate, FG e.V.

Ort am 31.7.10: Siemens Sportgelände, Komotauer Str. 2+4, 91052 Erlangen

Anfahrt: Anfahrt über BAB A3 Würzburg-Nürnberg, Ausfahrt Tennenlohe. Abbiegen auf die B4 Richtung Erlangen. An der ersten Ampelkreuzung rechts Richtung Zentrum abbiegen, anschließend geradeaus über die beiden Ampeln weiterfahren (Gebbertstraße). Nach ca. 500 m links in die Komotauer Straße abbiegen. Nach ca. 100 m ist dann links das Siemens Sportgelände. Verpflegung bei unserem Wirt. Stadtplan: http://erlangen.stadtplan-region-nuernberg.de/plan/karten/sc_j12.html

Super Busverbindung: www.vgn.de, Bus 281, ab ER-Bahnhofplatz 30, 30E, 286, 288, 289, 295, ab N-Thon 30, 30E, Haltestelle Stintzingstr.

Info: Karl-Heinz Rudolf, <http://www.karate-budo.de> -> Lehrgänge

Samstag 31.7.10

	Halle 1	Halle 2
	4. Kyu – Dan	9. – 5. Kyu
10:00-11:15 Uhr	Oblinger	Strauß
11:15-12:30 Uhr	Strauß	Oblinger
12:30 Uhr	Pause	
13:15-14:30 Uhr	Oblinger	Strauß
14:30-15:45 Uhr	Strauß	Oblinger
anschl. Kyuprüfung, danach Dan-Prüfung SOK		

Preis: 15 €, Kinder, Jugend 9 €

Übungsleiter: Für die Lizenzverlängerung werden 5 UE anerkannt

Sonstiges: Haftungsausschluss

Übernachtung: In der Halle nicht möglich;

<http://www.erlangen.de> -> City-Tourist-Info -> Unterkunft