



www.Karate-Origins.de



14. & 15. Dezember 2019 in Bielefeld

JUBILÄUMSLEHRGANG

5 JAHRE KARATE ORIGINS BIELEFELD

Mit KYU Prüfungen
& gemeinsamer
Weihnachtsfeier

Die Lehrgangstrainer



STARGAST

Alisa Buchinger

Weltmeisterin 2016,
Europameisterin 2015 / 2017



Alexander Heimann

Vize-Europameister,
12 Jahre Nationalmannschaft,
Landestrainer NRW



Stefan Krause

KDNW Vizepräsident, Deutscher
Vize- & Hochschulmeister,
Erfolgreicher Coach und Sportler



Swetlana Wall

div. Platzierungen auf int.
Meisterschaften,
Shotokan Europameisterin (ESKA),
ehem. Mitglied der National-
meisterschaft



Maksim Martens

Leiter und Gründer Karate Origins,
Kampfrichter,
Erfolgreicher Coach und Sportler



Umay Demirkan

Deutsche Meisterin,
Bundeskader Kata,
Trainerin Karate Origins



Der Trainingsplan

	Samstag, 14. Dezember		Sonntag, 15. Dezember	
10:00 - 11:00 Uhr	Buchinger Kumite <i>Standards - für alle</i>		Wall Kata <i>Empi ab 5. KYU</i>	Buchinger Kumite <i>Fortge- schrittene</i>
11:10 - 12:10 Uhr	Heimann Kumite <i>Kids 5-9 Jahre Koordina- tion und Bewegung</i>	Wall Kata <i>Unsu ab 3. KYU</i>	Heimann Kumite <i>für alle Situations- training</i>	Krause Kihon & Kata
12:10 - 13:00 Uhr	Pause			
13:00 - 14:00 Uhr	Demirkan/ Martens Kata <i>Kanku Sho bis 16 Jahre</i>	Heimann Kumite <i>ab 15 Jahre Angriffs- formen</i>	Krause Kata <i>Fortge- schrittene</i>	Buchinger Kumite <i>Taktiken</i>
14:10 - 15:10 Uhr	Wall Kihon <i>Shotokan Katas</i>	Buchinger Kumite <i>Kids bis 14 Jahre</i>	Gemeinsamer Abschluss	
15:20 - 16:20 Uhr	Heimann Kumite <i>Jugendliche 10-14 Jahre Konter- formen</i>	Buchinger Kumite <i>Drills</i>	KYU Prüfungen	
ab 17:00 Uhr	Weihnachtsfeier			

Die Lehrgangsgebühren

Frühbucherrabatt (Bis 31.10.2019): - 5,00 Euro

	Preisübersicht	Frühbucher bis 31.10.2019:
1 Tag (Sa. o So.)	25,00 Euro	20,00 Euro
Beide Tage	35,00 Euro	30,00 Euro

Teilnahme an der Weihnachtsfeier

10,00 Euro (inklusive Essen, Grill und Getränke)





Die Anmeldung

Die Anmeldungen erfolgen per E-Mail oder über unsere Website.

Für die Überweisung der Lehrgangsgebühren bitte folgende Kontoverbindung und Verwendungszweck nehmen:

Name: Sportfreunde Sennestadt Karate

IBAN: DE66 4805 0161 0023 1935 43

Verwendungszweck: Name oder Verein

Adresse

Wintersheide 32 | 33689 Bielefeld

Es sind genug Parkmöglichkeiten vorhanden.
Hotels sind kostengünstig im Umkreis auffindbar.
Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

Veranstalter und Kontakt

Maksim Martens

1. Vorsitzender Karate Origins Bielefeld

info@karate-origins.de

0174/3288796

www.Karate-Origins.de