

Das Unsui-Dojo

lädt ein zum
Großen Karate-Do Lehrgang

- Benefizveranstaltung -
zugunsten Der Ambulanz des Kinderschutzbundes Neuss e.V.
am 14. März 2009 in Neuss

Veranstalter und Ausrichter ist das Unsui-Dojo (TG Neuss 1848 e.V.)

Simo Tolo, Weingartstr. 65, 41464 Neuss, Tel.: 0 2131 / 45922 Fax: 3148507
E-Mail: ToloSimo@unsui-dojode.de

**Ort: Sporthalle Allerheiligen, Am alten Bach 34
41470 Neuss-Allerheiligen**

A57 AS Neuß-Norf, an der Ausfahrt rechts auf die L142 (Norfer Strasse)
An der kommenden Ampel links abbiegen (Berghäuschensweg – L142, später dann L 380)
An der nächsten Ampel links abbiegen (Berghäuschensweg – L380)
Dem Verlauf der Strasse folgen (Nievenheimer Str.- später Neusser Landstr)
An der Ampel links abbiegen (Am alten Bach)
HINTER dem REWE-Markt links einbiegen auf den Parkplatz der Turnhalle

Trainer

Achim Keller	6. Dan Shotokan
Ludwig Binder	5. Dan Stiloffen
Susanne Nitschmann	5. Dan Stiloffen
Martin Kudzia	3. Dan Goju-Ryu
Arno Lipinski	Jeet Kune Do

Lehrgangsgebühr:

Jugendliche / Erwachsene ab 14 Jahre	15,00 €
Kids bis 13 Jahre	12,00 €

Überweisung: Sparkasse Neuss
Konto-Nr.: 11 20 99 7
BLZ: 305 500 00
(Kennwort: Karate 14.03..2008)

Meldung: Einzel oder Dojowise mit Gürtelgraduierung und genauer Anschrift an:

Simo Tolo –Weingartstr.65 – 41464 Neuss

Kyu- Prüfungen im Stiloffenem Karate, Shotokan u. Goju-Ryu sind möglich

Alle Prüfungsanwärter bitte am Lehrgangstag bei der Kartenkontrolle melden.
Bitte DKV-Ausweise mit gültiger JSM mitbringen.

Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung.

weitere Infos unter www.unsui-dojode.de oder [Simo Tolo](mailto:SimoTolo@unsui-dojode.de), (Anschrift s. o.)

Offen für alle Stile, Verbände und Kampfkünste

*** - für Kumite Kadermitglieder ist der Lehrgang kostenfrei!!**

Wir wünschen Euch eine gute Anreise und viel Spaß beim Lehrgang

Karate-Do Lehrgang in Neuss

Samstag, 14. März 2009

Zeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Halle 4
9:45 - 10:00 Uhr	<i>Eröffnung - und Begrüßung der Lehrgangsteilnehmer und gemeinsames warming-up</i>			
10:00 - 11:30 Uhr	Kyu + Dan Achim Keller	9.Kyu-7.Kyu Susanne Nitschmann	Kyu-Dan (ab 16 Jahre) Ludwig Binder	5. Kyu-Dan Martin Kudzia
	Kata	Heranführung an das angstfreie Kämpfen, Techniken und Verhaltensweisen	Grundlagen der SV	Seisan Bunkai und Kata
12:00 - 13:30 Uhr	Kyu + Dan Achim Keller	6.Kyu-4.Kyu Susanne Nitschmann	Kyu-Dan (ab 16 Jahre) Ludwig Binder	* Jeet Kune Do (ab12 Jahre) Arno Lipinski
	Kenjodo (Bokken + Jo)	Technikvarianten für flexibles Kämpfen	SV gegen 2 gleichzeitig angreifende Gegner	Bruce Lees Kampfkunst und Philosophie
13:30 - 14:30 Uhr	P A U S E			
14:30 - 16:00 Uhr	Kyu + Dan Achim Keller	ab 3. Kyu Susanne Nitschmann	Kyu-Dan (ab 16 Jahre) Ludwig Binder	* Jeet Kune Do (ab12 Jahre) Arno Lipinski
	Kenjodo (Bokken + Jo)	Taktik und Kampfstrategien	SV im Rahmen des Happo Kumite	Bruce Lees Kampfkunst und Philosophie
<i>Gemeinsames cool down und Abgrüßen</i>				

Bitte Jo u. Bokken mitbringen
falls vorhanden

Bitte bei den Einheiten
Jeet Kune Do
Hallenschuhe mitbringen

!!! Individuelle Änderungen von Trainingsinhalten vor Ort sind möglich !!!

