

# WILHELMSHAVEN FUN 11. 2019 LEHRGANG in Wilhelmshaven

## 11. KARATE FUN-LEHRGANG zum Jahresauftakt 2019

### WANN?

19.01.2019  
12:00–17:15 Uhr

### WO?

WSSV Wilhelmshaven  
Sportforum 30  
26386 Wilhelmshaven

### LEHRGANGSKOSTEN?

Keine!!!

### DIE TRAINER:

Dennis Herold, 5. Dan  
Jens Donat, 4. Dan  
Holger Janßen, 4. Dan  
Tino Kunze, 3. Dan  
Thorsten Schaffer, 3. Dan  
Rudolf Schwalda, 3. Dan  
Heidi Wege, 2. Dan  
Yvonne Gründler,  
Physiotherapeutin

Änderungen vorbehalten

Nach einem gemeinsamen Aufwärmprogramm wird in 4 Hallen parallel Training angeboten. 3 Einheiten sind nacheinander nutzbar.

12:00-12:40 Uhr; 12:50-14:05 Uhr; 14:30-15:45 Uhr; 16:00-17:15 Uhr.

### Inhalte:

Kindertraining, SV, Grundschule, Cane, Bo, Kata,  
Physio im Karate, Kumite

### GOODIE!!

Jürgen Liedtke, selbst Karateka und professioneller Fotograf, ist mit seinem Fotostudio dabei. Hier könnt ihr tolle Fotos im Karate von euch machen lassen. Und das zu fairen Preisen und nur wenn ihr auch Fotos nehmt.

### WICHTIG!!

Für das gemeinsame Essen abends ist eine Anmeldung bis einschließlich dem 14.01.2019 zwingend erforderlich! (aks-wilhelmshaven@t-online.de)



## FOTOSHOOTING beim Fun-Lehrgang FÜR ALLE TEILNEHMER

Samstag, 19. Januar 2019 in Wilhelmshaven



Die Sportler werden in einem mobilen Studio fotografiert, kostenlos und unverbindlich.  
Das Shooting findet während des Lehrgangs statt!

Jeder Teilnehmer bekommt eine „**FOTODATEI-GRATIS**“

### VERANSTALTER/AUSRICHTER:



WSSV Wilhelmshaven  
AKS Karate  
Sportforum 30,  
26386 Wilhelmshaven

### HAFTUNG:

Während des Lehrgangs werden möglicherweise Bild-, Ton- und Filmaufzeichnungen gemacht. Bei eurer Teilnahme erklärt ihr euch mit einer möglichen Veröffentlichung einverstanden.

Eure Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Haftung nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen.

### HINWEIS:

Wenn vorhanden, Cane und Bo mitbringen!

Der Lehrgang ist so aufgebaut, dass ihr euch die verschiedenen Trainingseinheiten nach eigener Wahl zusammen stellen könnt.

### VERPFLEGUNG:

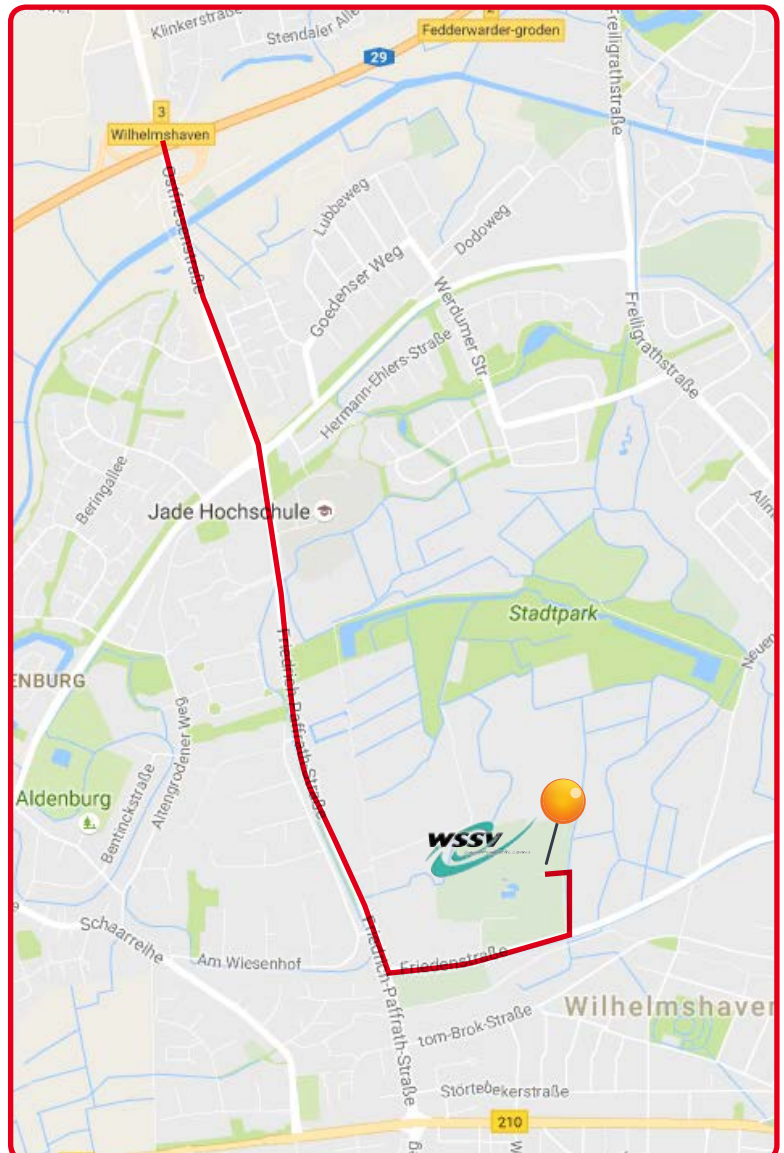
Für preiswerte Getränke und Snacks während des Lehrganges ist gesorgt. Ab ca. 18:00 Uhr wollen wir noch gemeinsam Essen und gemütlich Beisammen sein.

Schnitzel mit Beilagen für 9,90 Euro  
Vegetarisches Essen für ca. 6,50 Euro  
(Salate, Camembert etc.)

Namentliche Anmeldung bis 14.01.2019 erforderlich!

### INTERESSE ODER WEITERE INFOS NOTWENDIG?

Holger Janßen,  
Tel.: 04421 / 8 11 44 | Fax: 04421 / 8 12 50  
Mobil: 0160 902 95 950  
E-Mail: aks-wilhelmshaven@t-online.de  
Info: www.aks-karate-wilhelmshaven.de



Wegbeschreibung für „analoge“ VerkehrsteilnehmerInnen:

A 29 bis Ausfahrt 3 (Coldewei), dann links abbiegen Richtung Stadtmitte / Sportforum (ca. 2,7 km). 6. Ampel links abbiegen, Richtung Sportforum. Nach dem Schwimmbad Nautimo links abbiegen (Ausschilderung WSSV folgen).

Für „Navi“-Fahrer: Sportforum 30, 26386 Wilhelmshaven