

Lehrgang mit Jörg Reuß

im Karate-Centrum Shotokan Darmstadt vom 16. bis 18. Juli 2015

Karate seit 1969 - 4. DAN JKA

Dojos / Trainer: Wilfried Reuß, Jürgen Hoffmann, Horst Handel, Hideo Ochi

Europameister 1988 Genua (Herren Open Shobu Ippon),
World-Games-Gewinner 1989 Karlsruhe (-70 kg Herren), JKA-
Vize-Weltmeister 1994 Kumite-Team,
Nationalmannschaftsmitglied von 1981–1995, als Trainer mit
Münster 1. Deutscher Meister DJKB, mit dem eigenen Dojo
3facher Deutscher Meister 2009 – 2011, JKA-Cup Gewinner
2009 / 2010, Nord-Deutscher Meister Kumite-Mannschaft /
Einzel 2012, mehrfacher Vizemeister Kumite-Mannschaft und
Einzel.

Selbständiger Karate-Trainer mit eigenem Dojo in Köln
(www.shotokan-koeln.de), internationale Kampfrichter-Lizenz,
erfolgreichster Kumite-Trainer innerhalb des DJKB.



Trainingszeiten:

- Donnerstag, 16. Juli 2015 **nur Kinder bis 10 Jahre**
17:00 bis 18:00 Uhr Unterstufe bis 7. Kyu
18:00 bis 19:00 Uhr Oberstufe ab 6. Kyu
- Freitag, 17. Juli 2015
16:30 bis 17:30 Uhr **Jugend 11 bis 16 Jahre**, Unterstufe bis 6. Kyu
17:30 bis 18:30 Uhr **Jugend 11 bis 16 Jahre**, Oberstufe ab 5. Kyu
18:30 bis 19:30 Uhr Erwachsene Unterstufe bis 6. Kyu
19:30 bis 21:00 Uhr Erwachsene Oberstufe ab 5. Kyu
- Samstag, 18. Juli 2015
10:00 bis 11:00 Uhr **Kinder bis 10 Jahre**
11:00 bis 12:00 Uhr **Jugend 11 bis 16 Jahre**
12:00 bis 13:00 Uhr Erwachsene

am Samstag Nachmittag Prüfungsvorbereitung **für alle Altersgruppen gemeinsam**

14:00 bis 15:00 Uhr Unterstufe bis 6. Kyu

15:00 bis 16:00 Uhr Oberstufe ab 5. Kyu

ab 16:00 Uhr Kyu-Prüfung bis 1. Kyu

Lehrgangsgebühr: bis 16 Jahre 10,- €
Erwachsene 15,- €

Trainingsort: Karate-Centrum Shotokan
Saalbaustraße 13
64283 Darmstadt

