

# Halbjahressommerabschlusslehrgang Kata am 20.06.2015 in Dortmund

mit Phong Nguyen 5. Dan und Wolfgang Stramka 5. Dan

Inhalte Kata, Anwendungen, Trainingsformen etc.

## Zeitablauf

Phong		Wolfgang
	<b>13:30 – 14:30 Uhr</b>	
Heian Sandan		Ji In
	<b>14:45 – 15:45 Uhr</b>	
Gojushiho Dai		Heian Yondan
	<b>16:00 – 17:00 Uhr</b>	
Bunkai allgemein		Kata Methodik/Bunkai

### Veranstalter:

TSC Eintracht Dortmund  
Abt. Karate

### Ort und Wegbeschreibung!

Die Trainingsanlagen des TSC Eintracht Dortmund, befinden sich in der Victor-Toyka-Str. 6, 44139 Dortmund.

#### Per Bahn

U45 Richtung "Westfalahallen/Westfalenstadion" bis zur Haltestelle "Remydamm".

#### Per PKW aus West A40 / Ost A44 / Nord A1/2

Von der B1: Abfahren auf die B54 in Richtung Hagen. die zweite Ausfahrt nach der Aral Tankstelle abfahren!  
(Ausfahrt TSC Eintracht)

#### Aus Süden

Von der A45: Auf die B54 Richtung Dortmund, dann Ausfahrt "Stadtkrone Ost". In entgegengesetzter Richtung wieder auf die B54 auffahren (Richtung Hagen) und sofort wieder abfahren!  
(Ausfahrt TSC Eintracht). Rechts seht ihr vorher ein rotes Gebäude mit dem weißen TSC Emblem.

#### Kosten:

Erwachsene.: 7 Euro für Dortmunder / Partnervereine 10 Euro für auswärtige  
Jugendl bis 15 Jahre.: 5 Euro für Dortmunder / Partnervereine 7 Euro für auswärtige

#### Infos

[w.stramka@web.de](mailto:w.stramka@web.de) Tel.: 0231/71 64 40

## Grillen

Im Anschluss an den Lehrgang wird selbstverständlich wieder gegrillt, für Würstchen und Getränke sorgen wir.  
Wir freuen uns auf einen schönen Sommersamstag mit viel Spaß und Euch

#### Haftungsausschluss:

Veranstalter, Ausrichter und Trainer lehnen die Haftung für Personen u. Vermögensschäden ab