



17. Sommertrainingslager Steinabad

vom 27.08. bis 01.09.2012

Schullandheim Steinabad Tel.: 07703 - 93 46 80
 Kursleitung: Ulrich Thaten, Info: Alexa Klingele 0160-92824760
 alexa.klinge@gmx.de, <http://www.abc-laufenburg.de>
 Anmeldung schriftlich mit Anmeldeformular.

Haftung: Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

Trainer: Ulrich Thaten, 4. Dan und Alexa Klingele, 2. Dan Shotokan



Uhrzeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
08:00			Frühstück		Frühstück		Frühstück		Frühstück		Frühstück	
	Unterstufe	Oberstufe	Unterstufe	Oberstufe	Unterstufe	Oberstufe	Unterstufe	Oberstufe	Unterstufe	Oberstufe	Unterstufe	Oberstufe
09:00			Kata: Prüfungsprogr.		Kihon: Prüfungsprogr.		Kihon: Prüfungsprogr.		Prüfungsprogr.		Kumite	
											Alle zusammen	
12:00	13:30 Abfahrt WT		Mittagessen		Mittagessen		Mittagessen		Mittagessen		Mittagessen	
15:00	Eröffnungstraining:		Kihon: Fusstechiken		Kumite: Prüfungspr.		Ausflug		Prüfung		Zimmer aufräumen	
	Alle zusammen:										Abfahrt 13:00	
18:00	Abendessen		Abendessen		Abendessen		Abendessen		18:00 Grillen & Feiern			
19:00	Kihon		Kata spezial		Selbststudium		Kata					
22:00	Nachtruhe		Nachtruhe		Nachtruhe		Nachtruhe		Nachtruhe			



Anmeldung bis spätestens 15. Juli 2012!

Bitte zuvor Anmeldebogen anfordern!

Kosten pro Person: 160,- EURO, Prüfung 12,- EURO,
 ggf. etwas Taschengeld

Mitbringen: Bettbezug, Laken (keine Schlafsäcke), Karategis,
 ausreichend frische Wäsche, Spiel- und Sportgeräte

Abfahrt: Am Montag, den 27.08.12, Turnhalle Rhina 13:00

Uhr, Hochrheingymnasium Waldshut um 13:30 Uhr

Heimfahrt: Samstag, den 01.09.12 um 13:00 Uhr

ab Steinabad. Änderungen vorbehalten



Bitte beachten: Für Jugendliche unter 18 Jahren gelten die üblichen gesetzlichen Bestimmungen,
 insbesondere, was das Mitbringen und Konsumieren von Zigaretten und Alkohol betrifft.
 Den Betreuern ist in jedem Fall Folge zu leisten.

Der Veranstalter behält sich das Recht vor, nach eigenem Ermessen Bewerber für die Teilnahme zuzulassen,
 bzw. im Falle von Regelverletzungen, Teilnehmer von der weiteren Teilnahme auszuschließen.

Für diesen Fall werden keine Kosten erstattet.