

Erfolgreiches Jahr 2023

Das Jahr 2023 ist für die Abteilung Shotokan-Karate, die vor fünf Jahren gegründet wurde, mit zahlreichen Gürtelprüfungen zu Ende gegangen. Besonders stolz sind wir über die ersten bestandenen Prüfungen zum Braungurt. Wir gratulieren herzlich Rieke Neubauer, Mark Kühne und Marc Anton Jobmann. Das ist nur möglich gewesen, weil die Trainer intensiv mit den Prüflingen gearbeitet haben, dafür möchten wir an dieser Stelle auch unseren Dank aussprechen. In diesem Jahr haben wir auch wieder viel geplant, neben Gürtelprüfungen und Lehrgängen, sollen auch gemeinsame Grillen, Lachen zur positiven Entwicklung der Abteilung beitragen.

Sportliche Grüße

Manuela Michels & Karsten Waliszewski



Shotokan-Karate-Lehrgang am 20./21. April 2024 mit Wolf-Dieter Wichmann 9. Dan in Walsrode

Trainingsort: Sporthalle am Schulzentrum, Sunderstraße 22/
Parkplätze vorhanden

Hallenöffnung: ab 11.00 Uhr

Trainingszeiten, 1. Tag:

9. -5. Kyu 12.00-13.30 Uhr und 15.30-17.00 Uhr
Pause 15.00-15.30 Uhr
4. Kyu bis Dan 13.30-15.00 Uhr und 17.00-18.30 Uhr

Prüfung bis 1. Kyu DKV/DJKB nach der letzten Trainingseinheit möglich.

Prüfungsmarken/-urkunden bitte selber mitbringen.

Trainingszeiten, 2. Tag:

9. -5. Kyu 10.00-11.30 Uhr
4. Kyu bis Dan 11.30-13.00 Uhr

Ggf. werden beide Trainingseinheiten am Samstag nach Absprache zusammengelegt.

Lehrgangsgebühr:

Jugendliche bis 13. Jahren 20 €
Erwachsene/Jugendliche ab 14. Jahren 25 €

Lehrgangsanmeldung über die Homepage erbeten, Anmeldung bis 12. April.

<http://karate.tvjahn-walsrode.de>

Eine Cafeteria ist vorhanden.

Restaurantbesuch:

Samstagabend ab 20.00 Uhr (nach Anmeldung)

Übernachtung:

Übernachtungsmöglichkeit: Übernachtung in der Halle + Frühstück

Bitte unbedingt Isomatte und Schlafsack mitbringen!

Kontakt:

shotokan@tvjahn-walsrode.de

Manuela Michels 0172 4438960

Karsten Waliszewski 0152 26263901

Bitte unseren zweiten Lehrgang am 2. November 2024 mit Marijan Glad einplanen!

HOF
BOSTEL

- SPARGEL
- ERDBEEREN
- RHABARBER
- KÜRBISSE
- SPEZIALITÄTEN VOM BENZER CHIANINA-RIND
- BLUMENFELD ZUM SELBSTSCHNEIDEN



Benzen 7 | Walsrode | Tel. 0 51 61/7 43 99 | www.hof-bostel.de | info@hof-bostel.de | Facebook: Hof Bostel