



OPEN AIR GASSHUKU

Am Frauensee 15.-17. September 2017

Gemischtes Trainingslager Karate + Kickboxen + Selbstverteidigung
(Getrennte + gemeinsame Trainings und Spaß)

Trainer: Andreas F., Jürgen M. und Dirk Z./ sowie spezial guests

Wo: KIEZ Frauensee – Weg zum Frauensee 1
15754 Heidensee OT Gräbendorf

Anfahrt: über Internet: www.frauensee.de

Freitag: ab 15.00 Uhr individuelle Anreise
(Mitfahrgelegenheiten können organisiert werden)
19.00 Uhr freies **Training** (für alle Spätkommer)

Sonnabend: 10:00 Uhr sowie 15:00 Uhr Training
Lagerfeuer....

Sonntag: 10:00 Uhr Training ab 14.00 Uhr Abfahrt

Dazwischen: Ballspielen, Tischtennis, Baden (für Kinder organisiert!!), Sonnen ... möglich
Also Schwitzen & Keuchen & Spaß

Prüfungsvorbereitung/Prüfung bis 1. Kyu

Kosten: EUR 50,- Kita- Kinder (bis einschl 5 J.)
EUR 55,- Schüler (bis einschl. 18 J.)
EUR 60,- Erwachsene

Anmeldung erfolgt mit gleichzeitiger Anzahlung in Höhe von 20,- €

Bitte Bettwäsche mitbringen (oder Bettwäschepauschale 5,00 € investieren)

Alles inklusive Übernachtung/Vollverpflegung!!!
(mit Abendbrot am Freitag)

*Interessenten/Gäste melden sich bitte bei Andreas Förster/Fitnesstudio
Inform, Tel. 9339571 oder mail andreas@bushido-dojo.de an.*

Anmeldeschluß 31. Juli 2017!!! begrenzte Platzanzahl !!!

