

# TRAINERTRAINING



Datum: **03. Oktober 2020**

Beginn: **Samstag 11:00 bis ca. 17:00**

Ort: **Sporthalle Tagore Oberschule Sella-Hasse-Str. 25  
in 12687 Berlin-Marzahn (Skizze umseitig)**

Trainer: **Jessica Zacke, Norman Bach, Dirk Zimmermann**

Training: **3 Trainingseinheiten je 2h + 1,5h + 1h**

Themen: **Kata: Dan Prüfungs Katas + Hokyokuko  
Kumite: Kumitekombinationen i.d. Bewegung /  
Jiyu Ippon Kumite  
Powerpack: Tsuki + Mae Geri**

Unkostenbeitrag: **EUR 5,- (Training)**

**Übernachtung/Sauna im Dojo möglich (Übernachtung anmelden)**

Anmeldung: **bis 25.09.2020 e-mail/Tel. bei Dirk Zimmermann**

Kontakt: Dirk Zimmermann: 0171-2836222 / dirk@bushido-dojo.de

Nächstes Gefährtentraining: 12./13. Dezember Kamenz

*Der Lehrgang erfolgt unter Beachtung der aktuellen Anti-Corona Vorschriften des Landes Berlin.*

*Bereits über 1 Jahrzehnt haben die Trainer und Schwarzgurte aus Halle, Weimar, Kamenz, Neuruppin, Dresden, Leipzig, Rotenburg/F. und Berlin im Schweiße Ihres Angesichts an Ihrer Grundschule, Kata und Kumitefähigkeiten unter gegenseitiger Korrektur gefeilt. Ziel ist es mit einem rotierenden Trainersystem ein gleichmäßig hohes Niveau in Technik und Trainingsform zu erreichen und vor allem in den jeweiligen Dojos weiterzugeben.*

*Grundsatz ist dabei die gegenseitige Achtung und Akzeptanz und die technische Ausrichtung an Risto Kiiskilä.*

Anfahrt über Autobahn Berliner Ring Abfahrt Berlin-Marzahn, dann die Altlandsberger Chaussee → Berliner Str. → Landsberger Chaussee/Allee stadteinwärts bis Blumberger Damm, rechts abbiegen, links Mehrower Allee und erneut links in die Sella-Hasse-Str.

## Oder

Autobahndreieck Drehwitz (Avus) Richtung Zentrum/Alex weiter immer geradeaus → 17. Juni → Unter d. Linden, nach Alex 2. Kreuzung rechts → Mollstr. → Str.d.Vereinten Nationen → Landsberger Allee → Blumberger Damm links abbiegen, links Mehrower Allee und erneut links in die Sella-Hasse-Str.

