



# TUS ZWINGENBERG 1884 E.V. KARATE-ABTEILUNG

## JUKUREN KARATEKAS

### ERFAHRUNGEN

### TEILEN - SAMMELN - TAUSCHEN

mit

Walter Rechel 7.Dan oder Clemens Keinz 5. Dan

**Kickoff: Sonntag den 27.01.2019 / 10.00 UHR**

**Wo: Jakob-Delp-Halle, Wiesenpromenade 5  
64673 Zwingenberg/Bergstr.**

Treffen aller interessierten Karatekas ab 40 Jahren und 4. Kyu. Egal ob Wiedereinsteiger mit Lust zum Neustart oder aktiver Karateka. Zum Kickoff sollen Trainingsinhalte für die Zukunft und weitere regelmäßige Treffen abgestimmt werden sowie ein gemeinsames Training stattfinden.

Ziel der „**Jukuren Karatekas**“ sind Gespräche, Wissensaustausch sowie Grundlagen und Tipps für das richtige eigene Training oder die nächste Graduierung. Im **Fokus** stehen **Karatekas** die **nach** einer **Auszeit** zum Start in ein neues Karateleben animiert werden wollen.

Ergänzend soll Training für Trainer bzw. Fortgeschrittene einen Schwerpunkt bilden. Karatekas die sonst vor der Gruppe stehen, haben die Chance sich für Ihre Entwicklung Zeit zu nehmen oder neue Anregungen zu holen und zu teilen.

Ziel ist, die „**Jukuren Karatekas**“ 1 x monatlich zu einem Erfahrungsaustausch und Training zusammenzubringen, sich weiterentwickeln oder den Wiedereinstieg ins Gruppentraining zu erleichtern.

Information           Walter Rechel  
/Fragen:               Tel.: 0171 7747395  
                              Bayernweg 14a  
                              63619 Bad Orb  
                              E-Mail: [w.rechel@t-online.de](mailto:w.rechel@t-online.de)