



Mittelfranken Karate Kader



Hallo liebe Sportler, Trainer und Dojo-Leiter,

21.01.2018

das nächste Bezirkskadertraining findet am Sonntag den **25.02.2018** in der

**Dreifachturnhalle Hersbruck,
Chotieschauer Weg 4 in 91217 Hersbruck**
(für das Navi Anfahrt über Happurger Str.)

statt.

Zeit:

10.00 Uhr
bis
10.20 Uhr

Gemeinsames Aufwärmen für alle

Andreas

10.20 Uhr
bis
11.00 Uhr

Kumite für alle Athleten
(auch Kata-Athleten sollten daran teilnehmen ;)

Kinder/Schüler mit Maria
(Jahrgang 2005 bis 2009)
Jugend/Junioren/Leistungsklasse mit
Andreas
(ab Jahrgang 2004)

11.20 Uhr
bis
12.00 Uhr

Kata für alle Athleten
(auch Kumite-Athleten sollten daran teilnehmen ;)

Kinder/Schüler mit Uwe
Jugend/Junioren/Leistungsklasse mit
Reiner

12.15 Uhr
bis
13.30 Uhr

Kumite-Spezial
(nur Kumite-Athleten)
Kinder/Schüler mit Maria
Jugend/Junioren/Leistungsklasse mit
Andreas

Kata-Spezial
(nur Kata-Athleten)
Kinder/Schüler mit Uwe
Jugend/Junioren/Leistungsklasse mit
Reiner

Teilnahme:

Kinder/Schüler ab 9 Jahre (bzw. wenn in diesem Jahr das 9. Lebensjahr vollendet wird) und mindestens 8. Kyu.

Jugend/Junioren/Leistungsklasse ab 14 Jahre (bzw. wenn in diesem Jahr das 14. Lebensjahr vollendet wird) und mindestens 6. Kyu.

Sonstiges:

Im Kumite ist selbstverständlich die vollständige Schutzausrüstung mit zu bringen.

Die Halle hat **keine** Matten! Um die Füße zu schonen, wird im Kumite das Tragen von sauberen Hallenschuhen empfohlen. Schuhe während des Kata-Trainings nur in Absprache mit dem Trainer.

Getränke und Essen ist selbst mitzubringen.

Die Heimtrainer und Dojo-Leiter sind natürlich auch herzlich eingeladen.

Weitere Termine:

- 10.-11. März Bayerische Meisterschaft der Jugend bis Masterklasse
- 17. März Zwönitzpokal
- 28. März u. 4. April DM-Vorbereitung nur Leistungsklasse Kumite in Hersbruck
- 14.-15. April Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse

Info:

Bei Fragen stehen wir euch selbstverständlich zur Verfügung.

Mobil: 015125275432

Email: mfr.kader@gmx.de

Wir freuen uns auf euer Kommen
Das Mittelfranken-Trainerteam