

S O M M E R - L A G E R



19. – 22.08.2024

ORT: 4 TAGE... B o d e n s e e ☺ ☺ Ludwigshafen

⇒ **Treffpunkt: Bhf. Geislingen** Steige, Vorplatz
MONTAG, 19.08. / gg. 12.00 Uhr

⇒ **ABHOLUNG ...Bhf. Geislingen**
DONNERSTAG, 22.08. / gg. 21.00 Uhr

Referenten:

- Jona Keim
- Eugen Keim

Themen:

- + TEAM
- + Kampfkunst in der Natur, im Wasser
- + Kampfkunst als Selbstbehauptung, Schwerpunkt Körpersprache und SV
- + Bewegungsformen – für KATA
- + Wettkämpfe im Wasser
- + Spiele, Spass, Nachtaktionen

MITBRINGEN:

- ✓ Spannbettuch + Bettüberzug (nur für Bettdecke und Kopfkissen)
- ✓ Kuscheldecke
- ✓ Jogging-Anzug
- ✓ GI (bitte namentlich markieren!!) + Gurt + DOJO-T-Shirt
- ✓ Bade-Sachen + 2 große Handtücher (Badetücher)
- ✓ Duschsachen
- ✓ Kleiner Rucksack
- ✓ Hausschuhe bzw. Schlappen
- ✓ Etwas Taschengeld (1 x Essen Abschlusstag bzw. Eisessen)
- ✓ Bitte 1 Spende an WASSER oder Saft („Marke Albi“ wäre gut) oder Milch (3,5%)

⇒ wird von 1 Fahrer mitgenommen

⇒ ANMELDUNG:

+ BAR von 100 EURO, im Kuvert

b i s 20.05.2024 (im Training) ☺