



Workshop mit dem Landestrainer Kumite Christian Grüner (4. DAN) im Vereinseigenen Dojo



Am Sonntag, den **18. November 2018** findet im Vereinseigenen Dojo des Karatevereins Cochem ein Workshop mit dem Landestrainer Kumite Christian Grüner statt.

Die Inhalte der Trainingseinheiten konzentrieren sich auf die Umsetzung von Grundtechniken auf den Kumite-Bereich. Dabei gilt es diese auf unterschiedliche Distanzen anzuwenden.

Eingeladen sind alle Sportler des Karate Dojo Cochem und SEN5 Mayen, sowie alle Interessierten, vor Allem auch die Kumite-Kaderathleten.

Ort:
Vereinseigenes Dojo des Karateverein Cochem am Stadion. Das Dojo befindet sich im Gebäude der Umkleidekabinen in der ersten Etage.

Adresse:
Stadionstraße
56812 Cochem

Trainingszeiten:

Alter 0 bis einschließlich 14 Jahre: 09:30 Uhr bis 10:30 Uhr
13:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Alter ab 15 Jahre: 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr
14:00 Uhr bis 15:30 Uhr

Der Eintritt ist frei!



Christian Grüner (4.DAN)

Info: Klaus Bleser Tel. 0152 31 81 93 02 und
www.karate-cochem.de

Haftungsausschluss:

Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung für Schadensfälle aller Art ab.