



**SVO Germaringen e.V. – Abteilung Karate**

www.karate-germaringen.de



# **Selbstverteidigungs-Lehrgang mit Jürgen Kestner**

(6. DAN, SV-Ausbilder DKV)  
**in Germaringen**

---

**Datum:** Samstag, der 10. März 2018  
**Ausrichter:** Karate-Abteilung des SVO Germaringen e.V.  
**Ort:** 87656 Germaringen, Sportpark 1  
**Teilnehmer:** ab 12 Jahren, alle Graduierungen, stiloffen

Zeitplan:

10:00 Uhr – 11:15 Uhr – SV Grundlagen  
11:25 Uhr – 12:30 Uhr – SV Spezial  
13:00 Uhr – 14:15 Uhr - SV Spezial  
14:25 Uhr – 15:30 Uhr - SV Spezial  
15:30 Uhr – 16:00 Uhr – Stress/Power

Prüfungen:

**Kyu-Prüfung SOK ab 14:30**

Prüfer: Hartmut Aßmann, 5. DAN

Marke/Urkunde sind mitzubringen

(Einverständnis des Heim-Trainers ist erforderlich)

**DAN-Prüfung SOK bis 4. DAN ab 16:30 Uhr**

Prüfer: Jürgen Kestner / Hartmut Aßmann

Kleidung: GI oder leichte Sportkleidung, saubere Turnschuhe/barfuß

PSA: Schutzausrüstung nach eigenem Ermessen

Verpflegung: Kleine Imbisse und Getränke vorhanden

Haftung: Der Ausrichter übernimmt für Personen- und Sachschäden keine Haftung

Lehrgangsgebühr: 25,-€

Info: Hartmut Aßmann, Tel: 08345 925548

Mail: [hartmut@karate-germaringen.de](mailto:hartmut@karate-germaringen.de)

Der LG wird mit 5 UE Übungsleiter angerechnet!