

Euregio Karate Nordhorn eV.

Karate für den gehobenen Anspruch

Mitglied im
Landessportbund
Niedersachsen eV.

An alle interessierten Kempoka des EKN

**36. Trainingswoche 2015
mit Franz Braun Shihan
in Pinkafeld / Österreich**

Das Premium-Dojo
Authentisch - Unabhängig - Freundlich

Kontakt:
Franz Braun
Rotdornweg 52
48531 Nordhorn
Tel./Fax: 05921.713 91 89
Mobile: 0173.4196767
eMail: braun@karate-nordhorn.de
Internet: www.karate-nordhorn.de

Lehrer: Franz Braun Shihan 8. DAN
Pinkafeld 2015

Liebe Kempokas,

auch in diesem Jahr haben wir wieder die Gelegenheit nach Österreich in unsere schon zur Tradition gewordene Trainingswoche zu fahren. Diese Einrichtung stellt eine echte Alternative zum jährlichen „Sommerloch“ dar und beinhaltet vom Anspruch her ein „anderes“, nur in der Trainingswoche zu praktizierendes Training!

Bei vielen Sportlern von uns ist dieses Event schon jedes Jahr fest „gebucht“; dies läßt auf Interesse und Beliebtheit an dieser intensiven und einmaligen Trainingsmöglichkeit schließen.

Neben mehrstündigem, täglichem Training und interessanten EKN-Work-Shops findest Du noch internationale Kontakte, Urlaub mit vielen Freizeitmöglichkeiten (wichtig, wenn der Partner mitfährt) und die Sehenswürdigkeiten des Landes.

Tagesausflüge nach Wien, Graz oder Ungarn werden gern unternommen. Die Fernstraßen nach Süden (Slowenien) und Osten (Ungarn) oder Westen (Frankreich + Italien) sind leicht erreichbar, so dass ein Anschlussurlaub in ein südliches Urlaubsland kein Problem darstellt!

Pinkafeld ist eine überschaubare, sportfreundliche Kleinstadt, mit guten Fachgeschäften, gemütlichen Kaffees, mit Disco, Frei- und Hallenbad, Kino, kurz und gut mit allem, was man sich wünscht.

Ich hoffe, dass dieses bemerkenswerte Angebot - individuelles Training + stressfreier Urlaub - Deine Berücksichtigung findet.

Mit freundlichem Gruß

Euregio Karate Nordhorn eV.
Franz Braun Shihan

Anlagen:

Ausschreibung, detailliert
Anmeldung Trainingswoche

Anmeldung Trainingswoche Österreich 2015

- Bitte bis zum 14. Juni 2015 - Fax: 05921.713 9189
- Rücksendung nur mit beigefügtem Überweisungsbeleg!
- PKW-Besitzer/Fahrer bitte Maut-Vignette besorgen (z.B. beim ADAC)

Hiermit melde ich mich für die Trainingswoche Österreich an!

Name

Alter:

Straße:

Ort:

Derzeitige
Graduierung – Kyu:

Dan:

Tel.:

Ich habe schon einmal/mehrmals an
der Trainingswoche teilgenommen

Ja

Wie
oft ?

Nein

Ich möchte in der Trainingswoche
an der Kyu-Prüfung teilnehmen

Ja

Kyu

Nein

Ich fahre als Begleitung mit,
ohne LG-Teilnahme

Ich fahre selbst mit meinem PKW
(In diesem Fall kein Fahrtgeld überweisen)

PKW
Marke

Ich möchte bei Bedarf gern Sportler
mitreisen lassen

Mitfahrer stehen
schon fest

KM-Reichweite/Tankfüllung, ca.:

Bauj./PKW:

Ich fahre mit bei:

Name des Fahrers, falls schon bekannt

Bei Rücktritt von der Anmeldung können nur die Fahrtkosten rückerstattet werden.
Ich verpflichte mich, den Anordnungen der Lehrgangs- und Vereinsleitung Folge zu leisten.

Ort, Datum

Unterschrift, ggf Eltern

Wieso - Weshalb - Warum ?? Trainingswoche Österreich

- ▶ Schon seit mehr als 35 Jahren ist unser Lehrer mit seinen Schülern in Österreich bei einer Trainingswoche zugegen. Die Fahrt geschieht mit Privat-PKWs, was am preiswertesten ist. Der Verein koordiniert die Mitfahrgelegenheiten. Die Unterkunft hat Hotelcharakter: Alle Zimmer mit Bad und WC, die Verpflegung ist 1A, die Umgebung ist herrlich ...
- ▶ Hinzu kommt die Möglichkeit voll trainiert die nächste Prüfung zu machen, im Rahmen der Verfahrensordnung. In der Trainingswoche ist noch nie ein Kempoka durchgefallen, -im Gegenteil, die Leistungen waren immer überragend!
- ▶ Viele Mitglieder haben diese Möglichkeit des Intensivtrainings in den vergangenen Jahren schon genutzt. Zum einen, weil man angelernte Fehler mit fast 100%iger Sicherheit wegbekommt und zum anderen, weil hier der einzelne bei manchen Trainingsabschnitten an seine Leistungsgrenze herangeführt wird, immer seinem körperlichem Vermögen angepasst.
- ▶ Nur in der Trainingswoche, fernab von Stress und Hektik, kann dies so erlebt und erfahren werden. Die Gelegenheit, an EKN-Work-Shops mit verschiedenen Themen teilzunehmen ist ebenso interessant wie das angebotene Kumitetraining für Anfänger und Fortgeschrittene. Noch dazu kommt das neu ins EKN-Programm aufgenommene Krafttraining mit Maschinen bzw. Freihanteln.
- ▶ Dazu kommt die intensive Trainingsbetreuung. Techniken können in einem günstigen Trainer/Schülerverhältnis erklärt und gelehrt werden. Man begreift somit schneller und kann mehr behalten. Immer mehr erwachsene Mitglieder, mit Beruf und Verantwortung, entscheiden sich für die Trainingswoche, ja - es werden sogar terminliche Prioritäten dafür gesetzt. Ein Indiz dafür, dass das Konzept und die Inhalte stimmen.
- ▶ Es liegt auf der Hand: die Trainingswoche kann nicht billig, oder gar umsonst sein. Umgelegt auf die Trainingsstunden jedoch sehen die Relationen ganz anders aus, es ergibt sich fast ein „Discountpreis“ für hochwertiges, weiterführendes Training. Wir sind da seit eh und je der Meinung: „Lieber 100 % Training als 1 % Rabatt“ - Ein Prinzip, was durch Qualität und Leistung anspruchsvoll belegt wird!
- ▶ Hinzu kommen noch die Kontakte und die Gespräche, die sich mit anderen Budosportlern ergeben. Schon manchmal wurden in Österreich Bekanntschaften geschlossen, die bis heute aufrecht erhalten werden. Schließlich ist es wichtig, dass der Kempoka auch über den eigenen „Vereinstellerrand“ hinausschauen lernt.
- ▶ Sicher, die oberflächliche Kenntnis ihrer Sportart genügt heute vielen „Budoka“. Wer sich jedoch damit nicht zufrieden gibt, wer mehr leisten kann und will, wer vorankommen und mehr können will, für den ist die in Pinkafeld Trainingswoche genau das Richtige

Aber auch hier gilt: Erleben sagt mehr aus als tausend Worte!!