

## DO Karate-Workshops in Zürich

August bis Dezember 2018

### Angebot

Vor Kurzem haben wir alle aktuellen Zürcher Kunden mit Freude darüber informiert, dass unser Personalaufbau gut voranschreitet und wir ab Januar 2019 wieder genügend Personalressourcen haben, um in Zürich wieder regelmässigen Unterricht anbieten zu können. Zurzeit sind wir intensiv auf der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten, welche uns einen gesunden, langfristig ausgerichteten Unterrichtsbetrieb in Zürich ermöglichen.

Für die Zeit zwischen Sommerferien und Jahresende 2018 wird in Zürich nochmals eine Workshop-Serie angeboten. Nach einem Austausch mit Kunden und Unterrichtenden haben wir das Angebot nochmals etwas angepasst. Die Workshops werden nun stufenübergreifend geführt und finden ca. alle 2 Wochen und somit in einem etwas regelmässigeren Rhythmus statt.

### Daten

Datum	Zeit	Kursort
Samstag, 25. August 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule
Samstag, 8. September 2018	16.00-18.00 Uhr Dieser Workshop findet im Rahmen des Mondscheinkarate-Anlasses in unserem Badener Dojo statt. Infos hierzu folgen.	Dojo Oederlin, Rieden b. Baden
Samstag, 22. September 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule
Samstag, 6. Oktober 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule
Samstag, 27. Oktober 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule
Samstag, 10. November 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule
Samstag, 24. November 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule
Samstag, 8. Dezember 2018	9.30-11.30 Uhr	Rudolf Steiner Schule

### Kursräume

Unsere Workshops werden in folgenden Räumlichkeiten durchgeführt:

- Rudolf Steiner Schule, Plattenstrasse 39, 8032 Zürich: <http://steinerschule-zuerich.ch>
- Dojo Oederlin, Gebäude Nord, Landstrasse 2b, 5415 Rieden b. Baden

### Inhalte

Die Workshops widmen sich folgenden Themen:

- Pflege der bisherigen Karate-Kenntnisse wie Hand- und Beintechniken, Kata, Kumite und Fall-techniken

- Vermittlung und Training von neuem Karate-Stoff gemäss Prüfungsanforderungen. Auf Wunsch und bei entsprechendem Niveau kann mit den Unterrichtenden das Ablegen einer Kyu-Prüfung besprochen werden.
- Zusätzliche Kampfkunstelemente wie Selbstverteidigung, Kombinationen, Partnerübungen, Anwendungen, Hebel und Würfe
- Austausch, Beziehungspflege, Bewegung und Spass in der Gruppe

### **Leitung**

Die Workshops werden abwechselnd von Senpai Lukas und Senpai Mirjam geleitet.

### **Kosten, Anmeldung und Durchführung**

Die Kosten für das ganze Workshoppaket (8 Workshops) betragen **SFR. 360.-**.

Die Workshops können **bis Freitag, 30. Juni 2018** per Mail bei unserer Administration [info@do-karate.ch](mailto:info@do-karate.ch) gebucht werden. Die Workshopserie wird ab 12 Anmeldungen durchgeführt. Die angemeldeten Kunden werden nach Anmeldeschluss umgehend über die Durchführung informiert, die Rechnungsstellung folgt anschliessend. Der Abobetrag ist ungeachtet der tatsächlichen Teilnahme an den einzelnen Workshops geschuldet, eine Absenz berechtigt nicht zu einer Rückerstattung.

### **Versicherung**

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

### **Kontakt und Informationen**

Homepage    [www.do-karate.ch](http://www.do-karate.ch)  
Mail         [info@do-karate.ch](mailto:info@do-karate.ch)  
Telefon      056 222 73 37

**Wir freuen uns auf eure Anmeldung und ein baldiges Wiedersehen!**