



Karate Rochlitz e.V.



Ralf Ziezio
☎ 0174-5752679

Ferieninfocettel

Letztes Training am 11. Juli

Am Freitag findet das letzte Training vor den Sommerferien statt. Nach den Ferien geht's regulär zu den normalen Zeiten weiter. Das **erste Training ist am Montag dem 25. August.**

Angebote in den Ferien

(1) Vom 16. August – 23. August geht's zum **Ferien- und Trainingslager auf Rügen.** Die Anmeldung war bis Frühjahr möglich.

Hier die Infos für die Sportler, die mitfahren.

Am 18. Juli 20 Uhr in der Halle (Regenbogen Grundschule Bismarckstraße) treffen wir uns – da werden das Programm und die Details geklärt. Zu diesem Termin bitte auch den Restbetrag mitbringen.

Letzte Zusammenkunft vor der Reise ist am 15. August – 20 Uhr ebenfalls wieder in der Halle. Dort werden nochmals mögliche Fragen und Probleme geklärt.

(2) Da wir in den Ferien auch mal unseren sportlichen Horizont erweitern wollen, ist geplant das **Sportabzeichen** abzulegen. Dabei muss jeder, der dies ablegen will, in verschiedenen Sportarten sein Können unter Beweis stellen. Treff dazu ist immer Donnerstag (17. Juli, 24. Juli, 31. Juli, 7. August und 14. August) 19 Uhr Poststraße 8 – von dort aus geht's dann immer zu den Sportorten. [Achtung am 22. August ist kein Sportabzeichentraining]

Training in den Ferien

Um nicht ganz außer Form zu kommen werden wir auch in den Ferien eine Trainingseinheit anbieten. **Immer freitags von 18-20 Uhr für alle zusammen** und für die Erwachsenen von 20-21.15 Uhr. In der **Turnhalle der Regenbogengrundschule** auf der Bismarckstraße.

Hausaufgabe

Ihr wollt eure Ideen mit in den Verein einbringen – dann nutzt die freiwillige Hausaufgabe. Dazu reichen ein Stück Papier, ein Stift und coole Ideen. **Schreib einfach auf, was dir im Verein gefällt bzw. was dich stört.** Du kannst auch neue Ideen und Vorschläge machen, was man noch machen sollte, was also noch fehlt im Verein! Gebe den Zettel dann einfach einem Trainer oder erzähl ihm deine Ideen, wenn du magst.

Nach den Ferien

Viele Ideen für das Training sowie Events sind bereits jetzt in den Köpfen der Trainer.

- Sommerfest am 21. September
- Gürtelprüfung im Herbst für die Größeren
- Lehrgang mit Dirk Hübel am 3. Oktober
- Nachwuchswettkampf
- ...