



Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.

Shotokan und Stiloffenes Karate

www.ukd-stuttgart.de

UKD Karate Anfängerkurs für Erwachsene und Wiedereinsteiger

Karate ist ...

Beweglichkeit

Fitness

Körperbeherrschung

Selbstverteidigung

Der Karate Anfängerkurs ...

macht Spass

bringt nette Leute zusammen

bereitet Dich auf die erste Gürtelprüfung vor



Der UKD Karate Anfängerkurs **besteht aus zwei Trainingseinheiten** pro Woche. Eine Trainingseinheit wird vom UKD organisiert, die andere Trainingseinheit wird im Rahmen des Hochschulsports der Uni Stuttgart angeboten.

Aus organisatorischen Gründen müssen sich die Teilnehmer in beiden Kursen eigenständig anmelden. Beide Trainingseinheiten sind so aufeinander abgestimmt, dass bei einem Besuch beider Einheiten, am Ende der Kursphase der 8. Kyu (Gelbgurt) erlangt werden kann.

Mit Erreichen des gelben Gürtels stehen den neuen Gelbgurten alle UKD Trainingsmöglichkeiten offen. Eine Schnupperteilnahme zu Beginn des Kurses ist möglich und empfehlenswert.

Anmeldeprozedur

1. Ab Mitte April/Oktobre: beide Trainingseinheiten besuchen, Trainingszeiten siehe unten.

2. Gefallen finden

3. Bis spätestens drei Wochen nach Kursbeginn: Anmeldung in beiden Kursen
Online-Anmeldung Hochschulsport und UKD Anmeldeformular siehe unten

4. Ende der Kursphase: Gürtelprüfung

Fragen werden gerne von den Trainern unter anfaengerkurs@ukd-stuttgart.de beantwortet.



Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.

Shotokan und Stiloffenes Karate

www.ukd-stuttgart.de

1. Trainingseinheit

Ausrichter	Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.
Teilnehmer	UKD Anfänger <ul style="list-style-type: none">• Erwachsene ab 16 Jahren
Kursinformation	<ul style="list-style-type: none">• Sportbekleidung, ein Karateanzug ist nicht erforderlich
Trainingsinhalte	Kihon, Kata, Kumite, SV
Beginn	17/04/10
Ende	19/07/10
Termin	Montag, 20.15 – 21.45 Uhr
Trainer	Schickardt Realschule, Schickardtstr. 30, 70199 Stuttgart-Süd Cornelia Schwarck

2. Trainingseinheit

Ausrichter	Hochschulsport Uni Stuttgart
Teilnehmer	Anmeldung über den Hochschulsport der Uni Stuttgart http://129.69.227.68/cms/index.php?id=54 <ul style="list-style-type: none">• Erwachsene ab 16 Jahren
Kursinformation	<ul style="list-style-type: none">• Sportbekleidung, Karateanzug ist nicht erforderlich
Trainingsinhalte	Kihon, Kata, Kumite, SV
Beginn	23/04/10
Ende	23/07/10
Termin	Freitag, 20.15 - 21.45 Uhr
Trainer	Wirtschaftsgymnasium West, Rotebühlstr. 101, Stuttgart-West Abishikt Thomas



Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.

Shotokan und Stiloffenes Karate

www.ukd-stuttgart.de

Anmeldung Karate Anfängerkurs

Ich melde mich hiermit für die folgenden Kurse an: April, Oktober 20__

1. TE: Montags (35 EUR, Studenten (20 EUR))

2. TE: Freitags (Online-Anmeldung nehme ich selbst vor)

Vorname

Name

Geburtsdatum

Telefon

email-Adresse

Straße

Postleitzahl, Wohnort

Die Kursgebühr bitte passend mitbringen.