

Internationales Karate Jugendcamp 2010

beim 27. Internationalen Karate Sommercamp in Ravensburg

Großer KWON- und DANRHO-Shop während des gesamten Sommercamps Starkes Karate-Equipment und mehr...



Rudi Eichert 6. Dan Lehrwart des KVBW
Fast alle lizenzierten Trainer in Baden-Württemberg haben ihre Ausbildung bei ihm absolviert. Im gesamten Spektrum des Karate ist er einer der erfahrensten Ausbilder, ein kompetenter Ansprechpartner und Berater für alle Karatetrainer.

Karatetrainerfortbildung (Landesebene) und A-, B- und C-Trainerlizenzverlängerung

Das Internationale Karate Sommercamp wird als Lehrgang zur Fortbildung und Lizenzverlängerung für die C-, B- (Landesebene) und A-Trainerlizenz (Bundesebene) anerkannt. Die Pflichtveranstaltung ist der Vortrag unseres Landeslehrreferenten Rudi Eichert „Methodik des Kinder- und Jugendtrainings“ Mittwoch, 4. August, Beginn 20.00 Uhr in der Sporthalle. Die praktischen Einheiten sind dem Trainingsplan zu entnehmen. Die Verlängerung der Trainerlizenz erfolgt am Samstag, 7. August nach der letzten Trainingseinheit um 14.00 Uhr in der Kuppelnauhalle.

Bitte die Sommercampteilnehmerkarte mit den bestätigten Trainingseinheiten vorlegen.



Klaus Bitsch 5. Dan Bundesjugendtrainer des DKV
Er möchte Thüringen zu einem der erfolgreichsten Bundesländer in Deutschland. Insbesondere im Jugendbereich erzielte er mit seinen Schülern Erfolge bei Deutschen-, Europa- und Weltmeisterschaften.

Internationales Karate Jugendcamp 2010

Alle Kids haben beim Internationalen Sommercamp die Möglichkeit, täglich mit den Top-Karatekas der Welt zu trainieren. Eine Fläche zum Zelten ist direkt bei der Gymnasiumhalle 2 für Jugendliche und deren Betreuer reserviert.

Die Trainingseinheiten für Landes- und Bundeskaderathleten/innen bis 16 Jahre mit Klaus Bitsch finden ebenfalls in der Gymnasiumhalle 2 statt.



Helmut Spitznagel 6. Dan Bundes- und Landesjugendreferent
Er ist im Jugendbereich der Leistungsträger des DKV und KVBW. Seit Jahren organisiert er in hervorragender Weise den Int. Jugend Sommercamp.

Internationaler Jugend Sommer Cup 2010

Freitag, 6. August 2010, 10.00 bis 16.00 Uhr in der Oberschwabenhalle. Disziplinen: Kinder U9 Kata, Kumite am Ball Jungen und Mädchen U11, U14, U16, U18 Kata und Kumite Anmeldung: vor Ort während des Internationalen Sommercamps bis spätestens Donnerstag 15.00 Uhr im KJC oder vorher in der Gymnasiums-Sporthalle 2. Die Ausschreibung des Int. Jugend Sommercups ist vor Ort erhältlich. Pokale und Urkunden für Erstplatzierte. 2. und 3. Platzierte erhalten Medaillen und Urkunden.

Organisation: Helmut Spitznagel

Fotos: Mark Lyner, Kenan Türk



Anmeldung Registration

Name _____
Straße _____
PLZ/Ort _____
Kyu-, Dan-Grad _____
Club _____
Telefon _____
eMail/NEU - Online-Anmeldung unter www.karate-sommercamp.de



2. bis 7. August 2010

Bitte rechtzeitig anmelden!
Mit Name, Adresse und Gürtelgrad.
Per Post, Fax oder eMail an:
KJC Ravensburg • Brühlstraße 36 • 88212 Ravensburg
Tel. +49 751 2 33 13 • Fax +49 751 3 33 34
info@kjc-sportcenter.de • www.kjc-sportcenter.de

Info-Telefon: 07 51/2 33 13

Infos bezüglich Ort, Sehenswürdigkeit oder Übernachtungsmöglichkeiten erhalten Sie im Internet unter: www.ravensburg.de

- Karate Erwachsene** € 119,-
- Karate Jugendliche** € 98,-
- Die Teilnahmegebühr habe ich überwiesen
- Die Teilnahmegebühr bezahle ich vor Lehrgangsbeginn



Willkommen/welcome

Ganz herzlich Willkommen heißen wir alle Teilnehmer und Trainer des 27. Internationalen Karate Sommercamps in Ravensburg. Ein besonderer Dank geht an die Stadt Ravensburg und alle Beteiligten für ihre jährliche Unterstützung. Ebenso danken wir den Firmen KWON und DANRHO für ihr großzügiges Sponsoring, dem Verleger des Karate Budo Magazins Norbert Schiffer, dem Präsidenten des DKV Roland Hantzsche und dem Präsidenten des KVBW Siegfried Wolf. Den Wunsch vieler Sommercamp Teilnehmer haben wir zum Anlass genommen, den Zeitplan des Sommercamps wieder auf fünf Tage zu erweitern. Das 27. Internationale Karate Sommercamp beginnt am Montag und endet am Samstag. Die Anreise ist ab Sonntag möglich. Die Berechtigungskarte zum Zelten bitte zuvor im KJC abholen. Allen Sommercamp Teilnehmern wünschen wir viel Spaß und eine lehrreiche Trainingswoche.

A warm welcome to all participants and instructors of the 27th International Karate Summercamp. We are looking forward to an exciting week of training. Our special thanks to the German federation and their president Roland Hantzsche as well as to the town of Ravensburg for their support. In the same way we would also like to thank our sponsors the companies KWON and Dan Rho for their generous support as well as Norbert Schiffer the publisher of the Karate Budo Magazin. The 27th International Karate Summercamp will start on Monday and it ends on Saturday. The arrival day can be Sunday or Monday which will allow for enough time to put up your tent. Please get your permit at the KJC. Best wishes, a lot of fun and a eventful and instructive week to all participants of the summercamp from Günter Mohr and the whole summercamp team.

Herzlichst Günter Mohr und das ganze Ravensburger Sommercamp team

Günter Mohr and the whole summercamp team.

Anmeldung/27. Internationales Karate Sommercamp
Teilnahmegebühr € 119,- bis 14 Jahre € 98,- zahlbar unter dem Kennwort „**Sommercamp 2010**“ auf das Konto 4700 186 186, BLZ 650 201 86 bei der Hypo Vereinsbank Ravensburg oder bar vor Lehrgangsbeginn. Melden sich mindestens 5 Teilnehmer aus einem Verein bis zum 30. Juni 2010 an, erhält der 6. die Teilnehmerkarte gratis. In der Teilnahmegebühr enthalten ist die Trainingsgebühr für das 27. Int. Karate Sommercamp, das Sommercamp-T-Shirt, alle anderen Aktivitäten und der Eintritt zum European Mastercup 2010 mit Karate & Budo-Shownight.

Registration/27. International Karate Summercamp
Registration fee € 119,- for children till the age of 14 years € 98,- make payable marked “**Summercamp 2010**“ on the Hypo Vereinsbank Ravensburg account no. 4700186186, bank no. 65020186, or in cash at the beginning of the summercamp. If you have at least 5 registrations of one club, the 6th participation is free. The registration fee covers the training at the 27th Int. Karate Summercamp, the summercamp-tshirt, all other activities and the entry fee to the European Mastercup.

Teilnehmerkartenausgabe
Bitte am Montag, den 2. August von 15.00 bis 20.00 Uhr im KJC oder am Dienstag an der jeweiligen Sporthalle abholen.

Participation card
Please pick up your participation card on Monday, 2nd of August between 3 pm – 8 pm at the KJC-Sportcenter or on Tuesday at the respective training hall.

KWON SOMMERCAMP-GUTSCHEIN

Name _____
Straße _____
PLZ/Ort _____
Sportart _____
Telefon _____

Anlässlich des 27. Karate Sommercamp Ravensburg gewähren wir € 10,- Nachlass auf alle KWON Katalog-Produkte, bei einem Mindestbestellwert von € 50,-. Zuzüglich Versandkosten. Versand per Nachnahme oder Kreditkarte. Nur gültig für Endverbraucherbestellungen. Ausgenommen sind Matten, Bücher, Videos und CD s. Gültig bis 7. August 2010.

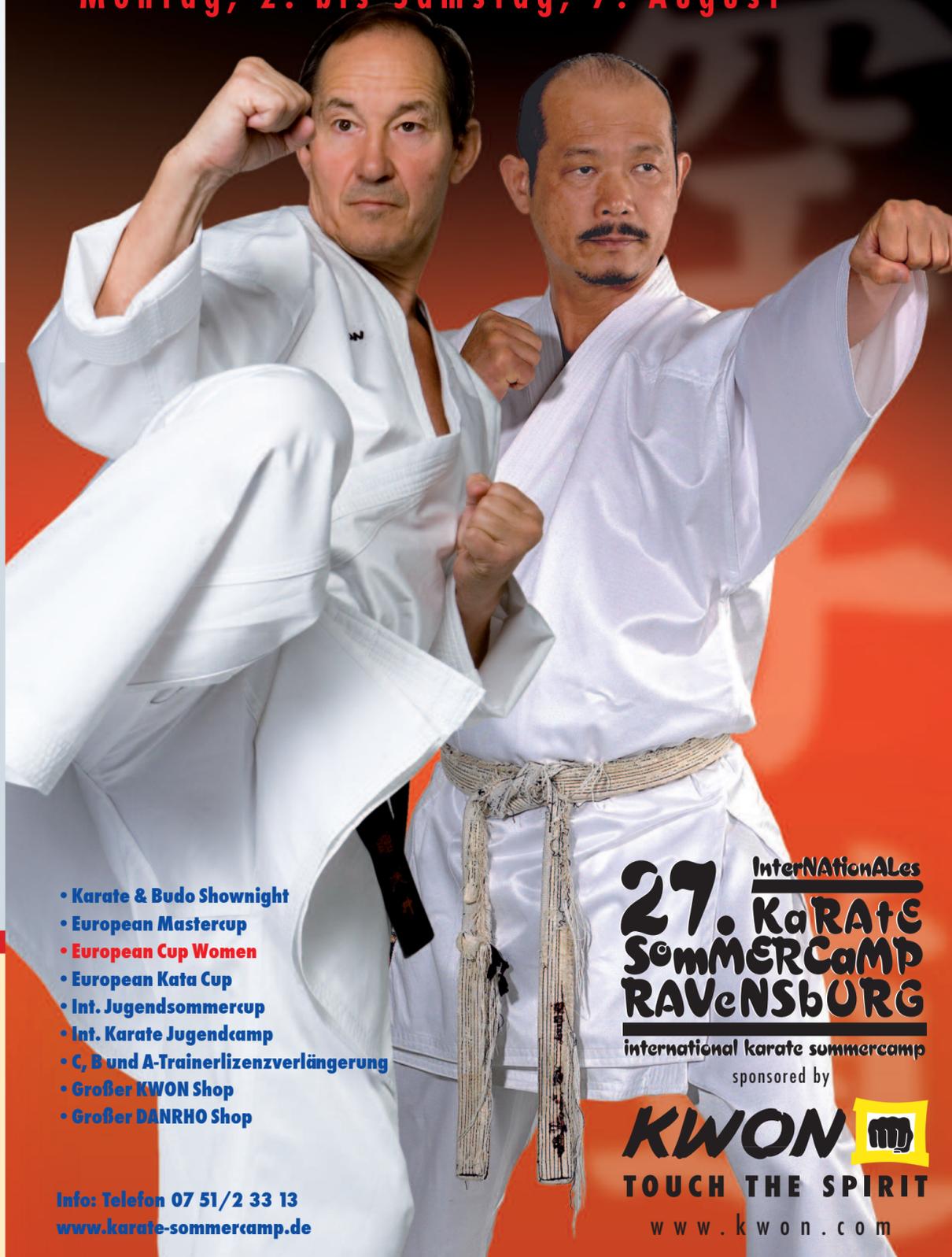
KWON Kampfsport-Ausstattung
Unterfeldring 3 · 85256 Vierkirchen
Telefon 0 81 39/88-3 11
Telefax 0 81 39/88-7 01
info@kwon.de



Gutschein gleich ausfüllen und Ihrer Bestellung beifügen!

Das Kampfkunst-Highlight 2010

Montag, 2. bis Samstag, 7. August



- Karate & Budo Shownight
- European Mastercup
- European Cup Women
- European Kata Cup
- Int. Jugendsommercup
- Int. Karate Jugendcamp
- C, B und A-Trainerlizenzverlängerung
- Großer KWON Shop
- Großer DANRHO Shop

27. Internationale Karate Sommercamp Ravensburg

international karate summercamp sponsored by



Info: Telefon 07 51/2 33 13
www.karate-sommercamp.de

InterNATIONALES 27. Karate Sommercamp RAVENSBURG international karate summercamp

2. bis 7. August 2010 sponsored by



Großer KWON-Shop während des gesamten Sommercamps.
Starkes Karate-Equipment und mehr...

European Master Cup 2010

Karate & Budoshownight, Freitag 6. August 2010, 20.00 Uhr Oberschwabenhalle Ravensburg

Spannende Kämpfe internationaler Topathleten, interessante Kampfsporstdemos, Showacts der Sommercamptrainer, nationaler und internationaler Gäste garantieren einen unterhaltsamen Abend. Erstmals findet 2010 ein European Cup der Frauen beim Sommercamp statt. Einen Aftershowtreff gibt es im Anschluss an die Veranstaltung wieder im Bärengarten.

Die Sieger des European Mastercup 2009 waren:

- 1. Platz Noah Bitsch Deutschland
- 2. Platz Christian Grüner Deutschland
- 3. Platz Umar Sharif Indonesien
- 3. Platz Dennis Fechner Deutschland

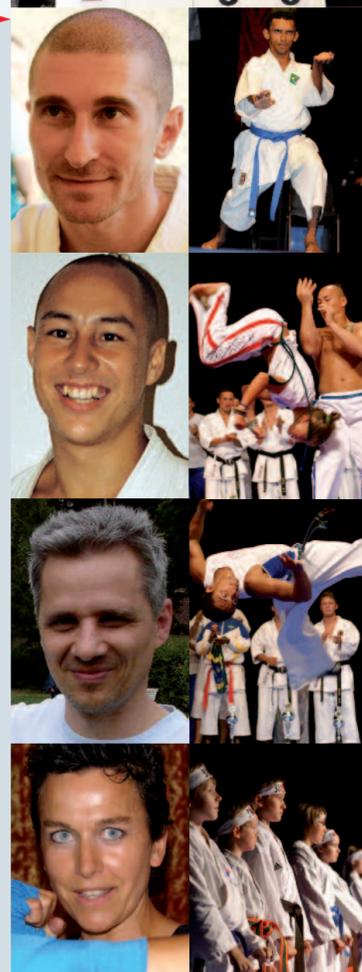
Die Sieger des European Katacup 2009 waren:

- 1. Platz Philip Jüttner Deutschland
- 2. Platz Jose R. D. Da Silva Brasilien
- 3. Platz Florian Genau Deutschland
- 3. Platz Martin Truttmann Schweiz

Qualifikationsturnier zum: European Mastercup 2010 European Cup Women 2010 European Katacup 2010

Donnerstag 5. August 2010 Beginn 19.00 Uhr in der Oberschwabenhalle

Sommercampteilnehmer können sich hier für den European Mastercup der Männer, den European Cup der Frauen oder für das Finale des European Katacup qualifizieren. Die Teilnehmer starten in vier Pools. Die vier Poolieger sind für die Finale der Abendveranstaltung qualifiziert. Anmeldung bis Donnerstagnachmittag an der Rezeption des BLZ Karate. Für Sommercampteilnehmer entfällt die Startgebühr.



Lehrgänge und Prüfungen



Prüferlehrgang Shotokan & stilrichtungsfrei
Leitung: Willi Zax 7. Dan, Günther Schleicher 6. Dan
Freitag, 6. August 2010
11.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 17.00 Uhr in der TSB Sporthalle, neben der Kletterhalle, Brühlstr. 31, schräg gegenüber dem BLZ Karate

Kampfrichterlehrgang für Dan-Anwärter
Leitung: Hans Ruff/6. Dan
Donnerstag, 5. August 2010 15.30 Uhr BLZ Karate
Anmeldung ist nicht erforderlich.



Hans Ruff 6. Dan
Kampfrichterreferent des KVBW
Als national und international erfahrener Kampfrichter bringt er sein ganzes Wissen und seine Erfahrung in die Kampfrichterausbildung ein.

Dan-Prüfungen/Shotokan mit Günter Mohr
1. Dan Samstag, 7. August 2010/14.00 Uhr BLZ Karate
2. – 4. Dan Samstag, 7. August 2010/16.30 Uhr BLZ Karate

Dan-Prüfungen/stilrichtungsfrei mit Sigi Wolf und Günther Schleicher
1. – 4. Dan Samstag, 7. August 2010
14.00 Uhr BLZ Karate

Großer KWON- und DANRHO-Shop während des gesamten Sommercamps Starkes Karate-Equipment und mehr...

Anmeldung zur Kyu-Prüfung: Freitag, 6. August 2010 von 10.30 bis 12.30 Uhr an der Gymnasiumhalle 1 bei Wolfgang Wacker. Karatepass und Prüfungsgebühr nicht vergessen!

Kyu-Prüfungen/Shotokan Samstag, 7. August 2010 im BLZ
7. – 9. Kyu 10.00 Uhr/Wacker/Nitschmann
4. – 6. Kyu 11.00 Uhr/Wacker/Nitschmann
3. – 1. Kyu 12.00 Uhr/Wacker/Nitschmann

Kyu-Prüfungen/stilrichtungsfrei Samstag, 7. August 2010 im BLZ
9. – 1. Kyu 11.00 Uhr/Sigi Wolf

Vormittag TRAININGSPLAN

Grad	Halle	Zeiten	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Tai Chi	Gymnasium Sportplatz	8.00–8.50	Stubenbaum	Stubenbaum	Stubenbaum	Stubenbaum	Stubenbaum
Kata Spezial Dan-Grade		9.00–10.15	Fugazza Jinte, Meikyo	Neghiz Nishu Shinjo/Ursu	Campari Basai Sho/Kanku Sho	Fugazza Jinte/Sachin	Neghiz Kanku
Instructortraining Dan-Grade	Kuppelnu Halle	10.30–11.45	Nitschmann	Nishimura	Wolf Selbstverteidigung	Otto	Eichert Trainerfortbildung
1. - 3. Kyu		11.45–13.00	Nishimura	Wolf Selbstverteidigung	Eichert Trainerfortbildung	Mohr Prüfungsgr. 2. Kyu-Dan	Nitschmann
Kata Spezial 4. + 5. Kyu		9.00–10.15	Neghiz Heian 4, 5	Ginger Saifa	Neghiz Tekki 1	Campari Basai Dai	Fugazza Jian
4. + 5. Kyu	Gymnasium Halle 1	10.30–11.45	Mohr	Nitschmann	Azadi/Devigili Protzentaining	Gruss	Otto
6. + 7. Kyu	1. Hallendrittel	11.45–13.00	Wolf Selbstverteidigung	Mohr	Gruss	Nitschmann/Azadi Prüfungsgr. 6. + 5. Kyu	Otto
Kobudo	2. + 3. Hallendrittel	11.45–13.00	Lee Bo	Lee Tonfa/Bo	Lee Tonfa/Bo	Lee Tonfa/Bo	Lee Tonfa/Bo
Kata Spezial Jugend		9.00–10.15	Campari Heian	Fugazza Jian	Ginger Sanseru	Neghiz Kanku Dai	Campari Basai Sho
Kumite Spezial Jugend	Gymnasium Halle 2	10.30–11.45	Bitsch	Bitsch	Bitsch	Bitsch	Bitsch
8. + 9. Kyu		11.45–13.00	Devigili	Azadi	Otto	Gruss	Boskovic/Devigili Protzentaining
Kumite Spezial	BLZ	9.15–10.30	Nishimura	Nitschmann/Azadi Protzentaining	Otto	Mohr/Boskovic	Devigili

1 nur für Landes- und Bundeskadermitglieder der Altersgruppe –16 Jahre
2 nur für Landes- und Bundeskaderathleten, aktive Weltkämpfer und Mitglieder anderer Nationalteams ab 17 Jahre

Nachmittag TRAININGSPLAN

Grad	Halle	Zeiten	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Instructor Training Dan-Grade		14.15–15.30	Azadi/Boskovic Protzentaining	Mohr/Nitschmann Prüfungsgr. 2-4. Dan	14.00 Fototermin mit allen Trainern im BLZ	Gruss	Mohr/Devigili
Kata-Spezial 3. Kyu-Dan	Kuppelnu Halle	15.30–16.45	Campari Basai Dai/Jian	Neghiz Kanku Dai	15.30 BLZ Kampfrichterlehrgang Dan Anwärter mit Hans Ruff	Ginger Separi/Hangelsu	Fugazza Empi/Jin
1.-3. Kyu		16.45–18.00	Devigili	Azadi/Boskovic Protzentaining	16.00 BLZ Beachvolleyballturnier	Gruss	Otto
4.+5. Kyu		14.15–15.30	Nishimura	Wolf Selbstverteidigung	16.00 BLZ Beachvolleyballturnier	Nitschmann/Azadi Prüfungsgr. 3.+4. Kyu	Boskovic
Kata-Spezial 6.+7. Kyu	Gymnasium Halle 1	15.30–16.45	Fugazza Heian 1 - 2	Ginger Geki Sai	16.00 BLZ Beachvolleyballturnier	Campari Heian 3 - 4	Neghiz Heian 4 - 5
6.+7. Kyu		16.45–18.00	Nitschmann	Nishimura		Devigili/Boskovic Protzentaining	Azadi
Kata-Spezial 8.+9. Kyu	Gymnasium Halle 2	14.15–15.30	Neghiz Heian 1	Campari Heian 2	19.00 Oberschwabenhalle Qualifikationsturnier zum European Mastercup Women European Katacup	Fugazza Heian 3	Campari Heian 1 - 3
8.+9. Kyu		15.30–16.45	Wolf Selbstverteidigung	Nishimura		Nitschmann/Azadi Prüfungsgr. 7.-9. Kyu	Nishimura
Jugendtraining		16.45–18.00	Nishimura	Nitschmann		Otto Protzentaining	Devigili
Capoeira	Gymnasium Sportplatz	18.30	Lee	Lee		Lee	

20.00 Sporthalle Mondo
21.00 Welcometreff im Biergarten
20.00 Sporthalle Referat
Rudi Eichert Methodik des Kinder- und Jugendtrainings
22.00 BLZ Sommerparty in der Kantine
20.00 European Mastercup European Cup Women European Katacup 22.30 After-Show Treff im Bärengarten



Gilbert Gross 9. Dan
Ex-Nationaltrainer Frankreich und Deutschland
1972 wurde das französische Team mit ihm Weltmeister in Paris. Gruss ist ein wirklicher Karatemeister mit einem umfassenden Wissen im Bereich des Budo und ein Experte in der Anwendung der Karate-Technik.



Siegfried Wolf 7. Dan
Vize-Weltmeister Präsident des KVBW
Einer der erfahrensten Trainer Deutschlands und seit Jahren Mitorganisator des Sommercamps. Als Wettkämpfer erfolgreich, versteht er es seine Techniken auch in der Selbstverteidigung einzusetzen und dies optimal zu vermitteln.



Seiji Nishimura 7. Dan
Nationaltrainer Japan
Erfolgreichster Nationaltrainer Japans. Weltmeister Manabu Takenochi sowie viele Asien- und Japanische Meister kommen aus seinem Dojo an der Universität Fukuoka.



Günter Mohr 7. Dan
Nationaltrainer BRD 1980-2001
Mit ihm als Trainer feierte das deutsche Karate Nationalteam größte Erfolge bei Europa, Weltmeisterschaften und vielen Weltcups. Unvergesslich ist die Karate WM 2000 in der Olympiahalle in München.



Carlo Fugazza 7. Dan
Kata Nationaltrainer Italien
Einer der erfolgreichsten und bekanntesten Kata-Trainer der Welt. Mit seiner freundlichen, ruhigen Art und seinem umfassenden Wissen über Kata und Bunkai ist er bei allen Sommercampteilnehmern sehr beliebt.



Wayne Otto O.B.E. 6.Dan
Nationaltrainer England/Großbritannien
5-facher Weltmeister 1988 - 1996
Weltcupsieger 93, 95, 97
Einer der erfolgreichsten Karatekas der Welt. 2002 erhielt er eine Auszeichnung der englischen Königin den O.B.E. Award. Seit 4 Jahren englischer und britischer Nationaltrainer hat er mit 2 Weltmeistertiteln bei der WM 2004 in Monterrey, schon beachtliche Erfolge als Coach vorzuweisen.



Thomas Nitschmann 5. Dan
Bundestrainer des DKV,
Vizeweltmeister 2000
Das Jahr 2000 war mit dem Vize-Weltmeistertitel in München und einem 3. Platz im Einzel der Höhepunkt seiner sportlichen Karriere. Der 3-fache Weltcupsieger des WSKA ist ein hervorragender Vertreter des Shotokan Karate. Mit dem Sieg des Frauenteams bei der WM 2008 in Tokio und dem Vize-Weltmeistertitel für Korä ist er der erfolgreichste Frauennationaltrainer des DKV.



Silvio Campari 5. Dan
Kata Weltcupsieger 1999, 2000, 2001
Mit seiner sympathischen, bescheidenen Art und seinem exzellenten technischen Können begeisterte er alle Lehrgangsteilnehmer. Ein wirklicher Experte der Shotokan Kata und in der Erklärung des Bunkai.



Daniel Devigili 5. Dan
Weltmeister 1994
Vize-Weltmeister 2002
Mit seinen zahlreichen Erfolgen u.a. Sieger der US-Open 2004 in Las Vegas, ist er der Vorzeigehalter des österreichischen Karateverbandes. Ein vielseitiger Techniker, sportlich fair und freundlich, ist er bei allen Sommercampteilnehmern sehr beliebt.



Samad Azadi 5. Dan
Vize-Weltmeister 98 und 2000
3-facher Shotokan Weltcupsieger
Zahlreiche Platzierungen bei verschiedenen Weltmeisterschaften zeugen von seinen kämpferischen und technischen Qualitäten. Ein Experte des direkten Konters, der diese und andere Wettkampftechniken exzellent zu vermitteln versteht.



Lazar Boskovic 4. Dan
Weltmeister 2000
Vize-Weltmeister 2002
Was bislang noch keinem Deutschen gegolgt war, in seiner Gewichtsklasse stand er zweimal in Folge im Finale einer Weltmeisterschaft und besiegte die absoluten Topathleten dieser Welt, wie den französischen Weltmeister von 1998 Biarnotti. Einer der erfolgreichsten Athleten der Welt in der Klasse –65 kg.



Ayoub Neghiz, 4. Dan
Kata-Nationaltrainer Frankreich
Kata Weltmeister (Team) 2008
Vize-Weltmeister 2006
Der Weltmeistertitel in Kata mit dem französischen Team ist die Krönung der erfolgreichen sportlichen Karriere des sympathischen Franzosen. Der Weltmeistertitel bestätigt seine hervorragende Technik und bestechende Dynamik.

Dienstag, 3. August 2010
Mondo
mit Sensei Seiji Nishimura, Günter Mohr und der japanischen Übersetzerin Frau Yoriko Tasarsu
Historie und Entwicklung der JKF (Japan Karate Federation)
Beginn: 20.00 Uhr in der Spohnhalle

Goju-Ryu mit Andreas Ginger 4.Dan
Hervorragende Karatedemos zeigte er mit seinen Schülern beim European Mastercup 2009. In seinen Trainingseinheiten lehrt er die Atemtechnik sowie die Unterschiede der Shotokan und Goju-Ryu Katas in Technik und Bunkai.

Welcometreff ab 21.00 Uhr im Bärengarten

Mittwoch 4. August 2010
Referat Methodik des Kinder- und Jugendtrainings
mit dem Lehrreferenten des KVBW Rudi Eichert
Beginn: 20.00 Uhr in der Spohnhalle

Benj Lee 3. Dan Karate Kobudo- und Capoeira Experte
Immer zu einem Lachen aufgelegt, versteht er es alle Sommercampteilnehmer mit seiner heiteren Art zu seinen Freunden zu machen. Sein Können und seine perfekte Athletik hat er bei den Karate & Budoshows eindrucksvoll demonstriert. Benj Lee lehrt die traditionellen Waffen des Okinawa-Karate, Tonfa und Bo, für Beginner und Fortgeschrittene. Die Waffen sind selbst mitzubringen oder auch gerne am KWON oder DANRHO Stand erhältlich. Capoeira, die brasilianische Kampfkunst, unterrichtet Benj Lee täglich auch für Anfänger am Sportplatz bei der Gymnasiumhalle 1.

Donnerstag 5. August 2010
Fototermin mit den Trainern
des 27. Int. Karate Sommercamps
von 14.00-15.30 Uhr im BLZ Karate

Beachvolleyballturnier
um 16.00 Uhr am KJC Sportcenter
Anmeldung vor Ort

Tai Chi mit Dietmar Stubenbaum
findet als die perfekte Einstimmung für das weitere Training täglich um 8.00 Uhr am Sportplatz bei der Gymnasiumhalle 1 statt. Dietmar Stubenbaum studierte acht Jahre lang Tai Chi in China und ist einer der höchstgraduierten europäischen Meister seines Tai Chi Stils.

Sommerparty in der „Kantine“
ab 22.00 Uhr

Tae Bo mit Peggy Messer
Die perfekte Verbindung von Karate-Techniken und Musik. Für die Sommercampteilnehmer bieten wir täglich kostenlose Trainingseinheiten im KJC-Sportcenter an.

Informationen über weitere Trainingsmöglichkeiten im KJC. Die „KJC- Fitness- Wochenkarte“ gibt es für Sommercampteilnehmer für nur € 20,-