

**Karatelehrgang mit Alfred Heubeck 8.DAN
und Harald Strauß 7.DAN incl. SOK Danprüfung
vom 1. – 5. Dan.**

Samstag, den 10. Oktober 2026



Veranstaltungsort: 95482 Gefrees, Theodor-Heuss-Str. 8

UE für Übungsleiter: Ja

Veranstalter: Karateabteilung des TV Gefrees

Trainingsort: Turnhalle der Jacob-Ellrod-Realschule
95482 Gefrees, Theodor-Heuss-Str. 8

Thematik: Traditionelles Shotokan und SOK - eine Symbiose

Trainingszeiten:

09.30 - 10.45 Uhr	9. Kyu - 6.Kyu	Harald Strauß
10.45 - 12.00 Uhr	5. Kyu - Dan	Alfred Heubeck
12.00 - 13.00 Uhr	Mittagspause	
13.00 - 14.15 Uhr	9. Kyu - 6.Kyu	Alfred Heubeck
14.15 - 15.30 Uhr	5. Kyu - Dan	Harald Strauß

Prüfung: 13,-- Euro Shotokan bis einschl. 1.Kyu nach der letzten Einheit
Prüfungsmarken vorhanden

Ab ca. 15.30 Uhr SOK-Danprüfung bis 5. Dan

Lehrgangsgebühr: 20,-- Euro Erwachsene /15,-- Euro Kinder bis 14 Jahre

Info: Jochen Ott
ott.jochen@t-online.de

Helmut Wunderlich
Karate-Gefrees@gmx.de

Haftung: Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für
Personen und Sachschäden

Sonstiges: Dieser Lehrgang wird mit 5 UE für Lizenzverlängerungen anerkannt.

Mit Teilnahme wird Einverständnis zur Bildveröffentlichung erklärt.

Für das leibliche Wohl wird gesorgt, ist aber nicht in der Lehrgangsgebühr enthalten.