



DKyuB

Deutscher Kyudo Bund e.V.

German Kyudo Federation

**An alle Kyudo-Landessachbearbeiter und Vereinsvertreter
mit der Bitte um Weiterleitung an die Trainer und Interessierte.**

EINLADUNG zum Bundeslehrgang "Funktionale Anatomie II u. unterstützendes Training"

Veranstalter:	DKyuB e.V.
Ausrichter :	Alster Dojo e.V. - "Hi Un Kan - Kyudojo"
Ort:	Alster Dojo e.V. - Veilchenweg 34; 22529 Hamburg; Tel+Fax: 040 - 560 085 95
Zeit:	Sa. 16.11.13 von 14 - 18:30 Uhr; So. 17.11.13 von 9:30 - 14 Uhr
Lehrer:	F. Hoff, Kyoshi Rokudan • D. Kaden, lizenzierte Yoga-Lehrerin
Leitung:	F. Hoff, DKyuB-Haupttrainer
Themen :	Theorie-Praxis-Seminar zum Themenkreis: Atmung, Auf- und Abwärmen, "Hausaufgaben" zur Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit, s. Seminar-Anschreiben.
Teilnehmer:	Kyujin aller Graduierungen, lizenzierte Trainer haben Vorrang. Gültiger Kyudopass muss vorliegen.
Lizenzbezug:	4 Stunden Lizenzverlängerung
Kosten:	DKyuB-Bundeslehrgangsgebühr: 10,-€ Dojobenutzung und Pausenverpflegung 17,- €. Bei Übernachtung im Dojo im eigenen Schlafsack: 5,- € pro Person/Nacht. Zahlbar vor Ort zu Beginn des Lehrgangs.
Verpflegung:	Getränke und Kaltverpflegung für die Pausen. Für Frühstück und Abendessen trägt jeder Teilnehmer selbst Sorge.
Anmeldung:	schriftlich auf dafür vorgesehenem Vordruck (letzte Seite) u./o. per Mail an fhoff@t-online.de
Meldeschluss:	03.11.13 • Es erfolgt eine Benachrichtigung bezüglich der Teilnahme.
Wegbeschreibung:	<p><u>Mit PKW</u> über die BAB 7 Westtangente (in Richtung von / nach Kiel) Ausfahrt "Stellingen". Von dort in Richtung Hagenbecks Tierpark über Sportplatzring, Koppelstr., Julius-Vossler Str, Grandweg bis Veilchenweg.</p> <p><u>Per Bundesbahn</u> bis "Hauptbahnhof" oder "Dammtor". Von beiden Bahnhöfen besteht die Möglichkeit mit der Metro-Buslinie 5 in Richtung Niendorf bis Haltestelle "Veilchenweg" zu fahren, dann noch ca. 400 m Fußweg.</p> <p><u>Per Flugzeug:</u> Mit der S-Bahn bis "Hauptbahnhof" oder "Dammtor" fahren, dann mit Metro-Bus 5 bis "Veilchenweg", s.o. Per Bundesbahn.</p>
Hinweise:	<p>Neben der üblichen Kyudoausrüstung sollte jeder Teilnehmer für den 4. Übungsteil gewöhnliche Sport- oder Freizeitkleidung mitbringen.</p> <p>Wünschenswert ist außerdem eine leichte Bodenmatte (z.B. Yoga- oder Gymnastikmatte) oder Decke, da einige Übungen auch im Liegen ausgeführt werden und der Hallenboden vermutlich schon etwas kühl ist.</p> <p>Für einige Themen wird es kopierte Unterlagen geben. Die Kosten dafür sind nicht im Lehrgangspreis enthalten.</p>

Unterkunft:

Bitte selber regeln: Tourismus GmbH Hamburg, Steinstr. 7 D 20095 Hamburg;
Tel: 040 - 300 51114 - Fax:040 - 300 51220 www.hamburg-tourismus.de
--> Preiswert in Dojonähe: ETAP Hotel Hamburg City,
Holstenkamp 3 - 22525 Hamburg - Tel:040-85379820
www.accorhotels.com/de/hotel-2711-etap-hotel-hamburg-city/index.shtml

--> Preiswert in Dojonähe: Motel One Hamburg , Kieler Str. 171 - 22525 Hamburg
- Tel:040-89720690 - www.motel-one.de/Hamburg_Altona

--> Mittelpreislage in Dojonähe: New Living Home Hamburg
Julius Vossler Str. 40 - 22527 Hamburg - Tel:040-40133-100 -
www.new-living-home.de

--> Mittelpreislage in Dojonähe: Motel Hamburg
Hoheluftchaussee 119 - 20253 Hamburg - Tel:040 4204141 -
www.motel-hamburg.de

--> Mittelpreislage in Dojonähe: DORINT Hotel Hamburg-Eppendorf
Martinistr. 72 - 20251 Hamburg; Tel: 040-5701500
Mail: info.hamburg@dorint.com

An

F. Hoff - Volksdorfer Weg 50r, 22393 HAMBURG • E-Mail: fhoff@t-online.de

Anmeldeformular für den BuL 16./17.November 2013 in Hamburg

Namen:

Adresse:

Tel: E-mail

geb. am: Graduierung zum Zeitpunkt der Anmeldung:

Kyudo seitJahren Trainiere pro Woche -mal

Verein

Trainerlizenz: C Cwk B A

Anreise : O Samstag O Freitag zwischen 18 - 22 Uhr

Datum:2013

Unterschrift