



ALSTER DOJO e.V.

Bundeslehrgang Heki-Technik

Veranstalter:	DKyuB e.V.
Ausrichter:	Alster Dojo e.V. - "Hi Un Kan - Kyudojo" Veilchenweg 34; 22529 Hamburg; Tel + Fax: 040 - 560 085 95 Info: www.alster-dojo.de
Zeit:	Sa 20. April 14-19 Uhr, So. 21. April 2013 09:30 -14 Uhr
Leitung/ Lehrer	Feliks F. Hoff, Kyoshi, 6. Dan
Themen	1. Hassetsu aus der Sicht der funktionale Anatomie mit besonderem Focus auf die Wirbelsäule und das Becken, den Schultergürtel. 2. Praktische Übungen zum Thema Nobiai und Hanare aus dem Nobiai 3. Verbesserung der eigenen Schießtechnik
Teilnehmerkreis:	max. 40 Trainer des DKyuB (vorrangig) sowie andere Matoschützen wenn Plätze frei sind. Lizenzverlängerungsstunden: 4
Kosten:	Pausenverpflegung und Dojonutzung: 20,- € pro Person Übernachtung im Dojo im eigenen Schlafsack: 5,- € pro Person/Nacht.
Verpflegung:	Nicht alkoholische Getränke in den Pausen. Für Frühstück und Abendbrot trägt jeder Teilnehmer selbst Sorge.
Anmeldung:	an Feliks F. Hoff, Volksdorfer Weg 50r - 22393 Hamburg fhoff @t-online.de Bei der Anmeldung ggf. Dojo-Übernachtung mitteilen
Meldeschluss:	10.04.2013
Unterkunft:	Bitte selber regeln: Tourismus GmbH Hamburg, Steinstr. 7 D 20095 Hamburg; www.hamburg-tourismus.de Tel: 040 - 300 51114 - Fax:040 - 300 51220 --> 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.shtm --> Preiswert in Dojonähe: Dorint Hotel, Martinstraße 22, 22525 HH Tel: 040/5701500 - www.dorint.com --> Preiswert in Dojonähe: Motel One Hamburg , Kieler Str. 171 - 22525 Hamburg - Tel:040-89720690 www.motel-one.de/Hamburg_Altona --> Preiswert in Dojonähe: Apartmenthaus Hamburg, Gärtnerstraße 60, 20253 Hamburg - Tel: 040/40194524 · apartmenthaushamburg.de --> 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) Dojoschläfer können am Freitag zwischen 20 - 22 Uhr eintreffen.
Wegbeschreibung:	Mit PKW 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. Per Bundesbahn bis "Hauptbahnhof" oder "Dammtor". Von beiden Bahnhöfen besteht die Mög- lichkeit mit der Metro-Buslinie 5 in Richtung Niendorf bis Haltestelle "Veilchenweg" zu fahren, dann noch ca. 400 m Fußweg. Per Flugzeug: S-Bahn von Flughafen bis "Hauptbahnhof" oder "Dammtor" nehmen, dann Metro- bus Nr. 5 etc. (s.o. bei Per Bundesbahn)

Anmeldebogen für den BuL Heki-Technik

An Alster Dojo e.V.

z.Hd. F. Hoff, Volksdorfer Weg 50r - 22393 Hamburg Tel: 040-6405795 - E-Mail: fhoff@t-online.de

Ich werde an dem Bundeslehrgang 20./21.4. 2013 zu den Bedingungen, wie in der Ausschreibung beschrieben, teilnehmen.

Namen :

Adresse/ Tel :

E-Mail:

Ich habe eine Unterkunft außerhalb des Dojo

Ich möchte im Dojo im eigenen Schlafsack übernachten (pro Nacht 5,- €)

Ich reise bereits am Freitag an

Kyudo seit: Kyudo-Graduierung/Titel:

Trainer-Lizenz:

Ich werde nach Bestätigung der Teilnahme den Beitrag bei Ankunft bezahlen.

Datum : 2013

.....

Unterschrift