

# ***Der traditionelle Herbstlehrgang***

## **Spanien 2023**

Urlaub, Sport, Spaß und Erholung

mit



**Heinrich Reimer & Andreas Modl**  
8. Dan                      8. Dan

**vom 14. - 21. Oktober 2023**

**Stiloffen für alle Karatekas und Budointeressierten**

**Jeder kann mitkommen, auch Eltern Geschwister oder Freunde ihr seid willkommen und wir freuen uns auf euch!!!! Es gibt viele Angebote auch für Leute die nur Urlaub machen wollen!**

**Traditionelles Karate:** mit Grundschultechniken für Anfänger und Fortgeschrittene aller Graduierungen. Egal welcher Stilrichtung. Da wir extrem auf Biomechanik und körperliche Möglichkeiten eingehen.

**Katas** für Wado, AKS, Fallschulkata, Bo- und Hanbo Kata

**Selbstverteidigung** mit Fallschule, Wurf- und Hebeltechniken

**Kyu-Prüfungen** für Wado Ryu, AKS und SFK (DKV-Prüfung 20,- €)

**Dan Prüfungen** auf Antrag beim DKV für Wado, SOK und AKS-Karate.



**Hanbotraining im Mattendojo. Heinrich Reimer demonstriert einen Wurf an Andreas Modl**

**Gesamkosten inkl. Vollpension: 450,- Euro, Einzelzimmerzuschlag 60,- Euro**

**Die Zimmer und Finnenhütten sind einfach und sauber**

**Anreise:** jeder individuell auf eigene Kosten. Fragen dazu? Ruft bitte A. Modl an. 0172 561 15 71.

**Anmeldungen bis zum 31. August 2023** sind nur gültig mit der Zahlung des vollständigen Betrages

**Zahlung:** per Überweisung auf das Konto

**Jacqueline Modl,**

**Nord LB Holzminden**

**IBAN DE04 2505 0000 0027 3182 29**

**BIC NOLADE 2 HXXX**

**Anmeldung:**

Jacqueline Modl, "Altes Forsthaus" 37 671 Bödexen

Tel: 05277 / 952 968

Fax: 05277 / 952 943

D2: 0172 / 561 15 71

E-Mail: [aks\\_germany@yahoo.de](mailto:aks_germany@yahoo.de)

Bei früherer Anreise oder späterer Abreise entstehen selbstverständlich Mehrkosten!!!! Erfragt diese bitte unter 0172 561 15 71. Möglich ist das nach Absprache!!!



**Pool der Sportanlage, hier eine Trainingsgruppe**

**Freizeitgestaltung:**

- Kostenloses Tennis-Spielen auf insgesamt 5 Sandplätzen. (Schläger und Bälle werden zur Verfügung gestellt.)
- 3 Squash-Courts bieten optimale Bedingungen für sportliche Freizeitgestaltung und ideale Ergänzung als Konditionstraining zum Karate. (kostenlos!)
- Ein Fitnessraum bietet interessierten Sportlern ideale Möglichkeiten zum Krafttraining als lehrgangsbegleitende Maßnahme für die eigene Fitness. Der Fitnessraum gehört zur Anlage und steht kostenlos zur Verfügung.
- Wer den Trainingstag mit einem entspannenden kostenlosen Saunabesuch abschließen möchte, findet in der Sauna der Anlage (nach Anmeldung) Gelegenheit dazu.
- Wer am Reitsport interessiert ist, hat gegen eine Gebühr von ca. 20,- pro Std die Möglichkeit Gruppenausritte in der herrlichen Landschaft durchzuführen. Auf dem Gelände der Sportanlage befindet sich ein Reitstall, wo Interessenten ein Pferd mieten können. Ausritte für Fortgeschrittenen und Anfänger werden von Andreas Modl organisiert und geleitet, nur wenn entsprechende Pferde von der Anlage zur Verfügung gestellt werden können.

- Bogenschießen und vieles mehr auf der Sportanlage kostenfrei  
Es gibt eine sehr schöne Therme, die gegen eine Gebühr genutzt werden kann.
- Für die gemeinsame Gestaltung der Abende haben wir viele Möglichkeiten. Der Lehrgang endet wie immer mit einer Abschlußfete.



### **Ab 2013 top renoviertes Freiluftdojo**

Es ist ein außergewöhnliches Erlebnis in so einem Dojo zu trainieren. Immer an der frischen Luft mindestens zwei meist drei Trainer der Spitzenklasse sind anwesend. Eine optimale Fortbildung für Anfänger und selbstverständlich oder auch gerade für Fortgeschrittene. Meist findet noch ein freiwilliges Nachmittagstraining statt (ok Training ist ja eigentlich immer freiwillig, aber die alten Meister kommen denn gerne noch mal mit ☺) in dem sich gerade sehr hoch graduierte Budokas fortbilden können. Die Lehrer gehen auch gerne im Einzelunterricht auf jeden ein der das wünscht und dazu motiviert ist.



**Strandansicht Caldes d'Estrac**

## **Herbstlehrgang Spanien vom 14. - 21. Oktober 2023**

Liebe/r Karate-Sportler/in!

Wir freuen uns, Dir auch in diesem Jahr wieder diese einmalige Kombination von Karate-Fortbildung und aktiver Freizeitgestaltung anbieten zu können. Wir hoffen, dass Du mit diesem Informationsblatt die Planung Deiner Urlaubszeit rechtzeitig organisieren kannst.

- Die Unterbringung erfolgt im Hotel Santema. Weiterhin werden wir die Sportanlage EUROSTAGE für die Unterbringung nutzen. Hier gibt es auf der Trainingsanlage im Gebäude sehr schöne Zimmer. Des Weiteren existiert auf dem Areal neben dem Gebäude eine Gruppierung kleiner, separater Holzhäuser, die wir ebenfalls für die Unterbringung nutzen werden. (Einzelzimmer können gegen einen Aufpreis von 60,-- gebucht werden.) Die Zimmerbelegung wird unter Berücksichtigung persönlicher Wünsche geregelt. Die Unterbringung ist incl. Vollpension.

- Teilnehmer, die als Begleitung mitfahren möchten um das reichhaltige Freizeitangebot zu nutzen sind ebenso willkommen, wie aktive Karate- und andere Budoka! Also bringt die Freundin, den Freund, Verlobte oder Ehefrau Kinder ruhig mit!

**Anreise:** organisiert jeder selbst (Sprecht Euch mit anderen Teilnehmern ab). Vom Flughafen Barcelona führt eine S-Bahn direkt nach Caldetes, oder zum in der spanischen Sprache „Caldes de Estrac“. Wenn ihr dort angekommen seid, ruft uns an und wir holen euch vom Bahnhof ab.

## **Das Sportangebot:**

Ist oben schon beschrieben. Das Dojo ist überdacht, an den Seiten offen, es ist voll renoviert und auf dem neuesten Stand; ihr trainiert also immer in frischer Luft! Das Training ist so aufgebaut, dass es für alle Teilnehmer jeder Könnens Stufe und jeder Graduierung eine attraktive Möglichkeit der Fortbildung bietet. Durch die Vielseitigkeit von Heinrich Reimer und Andreas Modl haben auch Angehörige anderer Budodisziplinen hervorragende Trainings- und Fortbildungsmöglichkeiten. Prüfungen sind allerdings nur für AKS, Wado Ryu, SOK und Zanshin Jitzu möglich.

Gerade für Neuanfänger stellt unser Lehrgang eine optimale Gelegenheit dar, durch intensive und sachkundige Einführung schnell Fuß in der Sportart zu fassen. Den Fortgeschrittenen bietet der Lehrgang durch die Jahrzehntelange Erfahrung der beiden Trainer die Möglichkeit der Verbesserung und Verfeinerung ihrer Karatetechnik.

Teilnehmern, die sich mit der Absicht tragen, die Prüfung zum ersten bis zum fünften Dan abzulegen, bzw. einen höheren Dangrad also 6. Dan und höher anstreben, nur nach Absprache, bieten wir innerhalb des Lehrgangs eine intensive **Danvorbereitung**, bei der insbesondere die Anforderungen des Prüfungsprogramms behandelt werden.

Der Abschluß des Lehrganges sind wie immer die Dan- und Kyu-Prüfungen. Sowohl für die Stilrichtung Wado Ryu und auch AKS ( Chi Do Kwan Karate Do) oder SOK des DKV (Bitte rechtzeitig die Dan-Prüfungen beim DKV anmelden!!!)

Anmeldungen können, schriftlich per Fax 05277 / 952 432 oder e-mail an [aks\\_germany@yahoo.de](mailto:aks_germany@yahoo.de) gerichtet werden. Mit der Anmeldung sind die o.g. Bedingungen anerkannt!!

## **Meldeschluss ist der 31. August 2023!!**

Änderungen vorbehalten, jeder Art der Haftung ausgeschlossen!!!

Bis bald und gute Anreise wünschen euch Heinrich Reimer und Andreas Modl