

TRAININGSLAGER AM SEE

coming soonAugust 2020

Info: gregor.quass@gmail.de

TRAINING AM SEE



真宮



SOMMERTRAINING AM SEE

TERMIN: ...noch nicht vereinbart...

Zeitplan / Ablauf

9:00 Uhr Treffpunkt am Seeufer

10:00 Uhr - 12:00 Uhr Training

12:00 Uhr - 14:00 Uhr Mittagspause (Essen vom Grill)

14:00 Uhr - 16:00 Uhr Training

16:00 Uhr - 17:00 Uhr Training im Wasser (2 Karategi mitbringen)

17:00 Uhr - 19:00 Uhr Freizeit, Baden...

ab 19:00 Uhr Grillen.....Lagerfeuer.....

Ende ist offen.....

Bitte Mitbringen:

Freizeitkleidung,

2 Karategi, Ausrüstung,

Schoner, Tiefschutz, Faustschutz

Handtücher,

Brotzeitbrett`l & Besteck, Trinkbecher-Glas, usw.

.....für das laibliche Wohl ist gesorgt !

