



Shihan Sugimura lädt ein zum:

SKR Gasshuku 2011

13. - 17. Juli 2011

Trainer:

Shihan Sugimura K.

Shihan Ochi H.

Shihan Ogura Y.

Sensei Mini T.

Sensei Mundwiler C.

Sensei Brunner D.

Sensei Isenegger-Kennel A.



Liebe Karatekas,
Herzlich willkommen in Bern! Bern gehört mit seiner historischen Altstadt zum UNESCO-Weltkulturgut und bietet zahlreiche Sehenswürdigkeiten. Im Freizeitbereich hat die charmante Schweizer Hauptstadt eine Fülle von Unterhaltung und Restaurants zu bieten. Suchenden hält Bern alle Möglichkeiten, vom Zeltplatz bis zum 5-Sterne Hotel, bereit. Insbesondere im Sommer ist das an der Aare gelegene Marzili ein beliebter Treffpunkt, um sich während eines „Aareschwumms“ abzukühlen. Nebst all diesen Freizeitaktivitäten soll

natürlich auch das Training an sich nicht zu kurz kommen und wir haben dafür gesorgt, dass drei neuwertige Hallen darauf warten, von Euch benutzt zu werden. Erreichen könnt Ihr diese bequem per Auto, Bus oder Velo. In diesem Sinne wünschen wir Euch schon jetzt viel Vergnügen und eine schweisstreibende und anstrengende Woche!

Weitere Infos findet Ihr unter:
<http://www.berninfo.com/de>



	Mittwoch 13. Juli 11	Donnerstag 14. Juli 11	Freitag 15. Juli 11	Samstag 16. Juli 11	Sonntag 17. Juli 11
<i>Training</i>	09.30 - 11.00	08.30 - 10.00	08.30 - 10.00	08.30 - 10.00	08.30 - 10.00
<i>Kata</i>	11.00 - 11.45	10.00 - 10.45	10.00 - 10.45	10.00 - 10.45	10.00 - 10.45
<i>Training</i>	15.00 - 16.30	15.00 - 16.30	15.00 - 16.30	15.00 - 16.30	
<i>Cool down</i>	16.45 - 17.15	16.45 - 17.15	16.45 - 17.15	Grillfest	

Hallenöffnung:

Mi: ab 08.30 Uhr
Do-So: ab 08.00 Uhr

Info-Stand Öffnungszeiten:

Mi: 08.30-12.00 / 14.30 - 17.30
Do-Sa: 08.00-11.00 / 14.30 - 17.30

Grillfest:

Samstag ab 18.00 Uhr

Kyu und Danprüfungen:

Fr: Bis 3. Kyu

Sa: 2. & 1. Kyu

So: Danprüfungen (Anmeldung bis Do Mittag am Info-Stand)

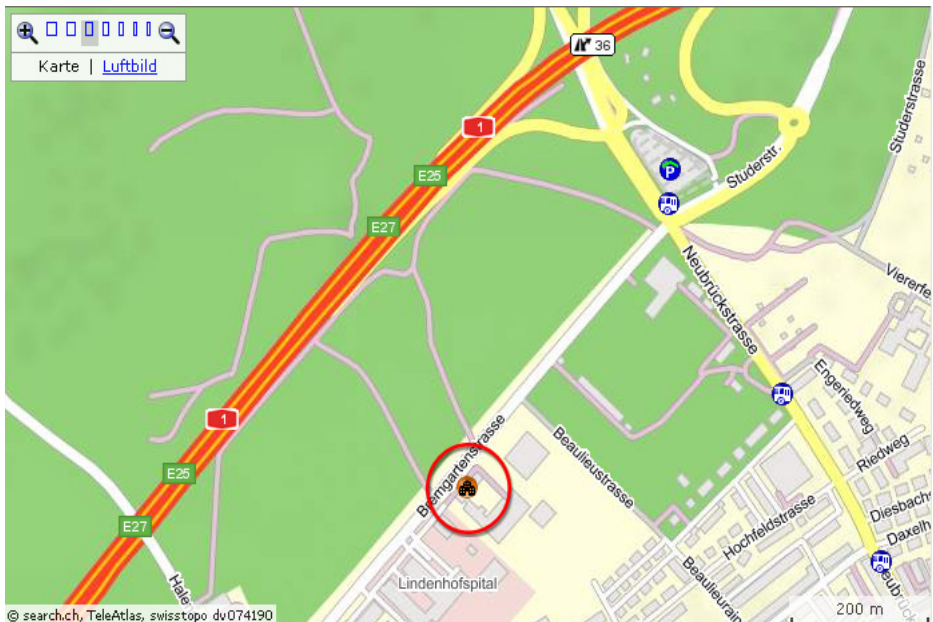
Die Prüfungen finden jeweils im Anschluss an das Kata Training um 11 Uhr statt.

Trainingsort:

Turnhalle Gymnasium Neufeld, Bremgartenstrasse 131 - 133, 3012 Bern

Auto: Von Zürich/Basel auf A1 Richtung Bern, Ausfahrt Neufeld. Nach Lichtsignal Richtung Zentrum (ca. 500m), Parkplätze bei P&R Neufeld oder vor Gymnasium Neufeld (rechts)

ÖV: Ab Bahnhof Buslinie 11 bis Endstation Neufeld P+R



無
近
勝
利

Unterkünfte:

Hotel National: +41 (0)31 381'19'88
Jugendherberge Bern: +41 (0)31 326'11'11
Campingplatz Eichholz: +41 (0)31 961'26'02

Bern Tourismus: +41 (0)31 328'12'12

Parkplätze:

P&R Neufeld: CHF 15.- pro Tag
P&R Gymnasium: CHF 2.- pro Stunde

Für die blaue Zone gibt es Tageskarten, welche an jedem Automaten von Bern Mobil für CHF 15.- gelöst werden können.

Trainingsgebühren:

Wochenticket Vorverkauf: CHF 200.- Tageskarte: CHF 60.-
Wochenticket Regulär: CHF 220.- Einzeltraining: CHF 35.-

Zahlungsinformationen:

Die Trainingsgebühr für die ganze Woche zum vergünstigten Wochentarif muss bis zum 5. Juli 2011 auf das PC-Kto 30-294541-3 / SOLA / zugunsten Corinne Zimmermann, 8604 Volketswil einbezahlt werden. Unsere ausländischen Gäste können die Wochentickets am Infostand zum Vorkaufspreis beziehen. Einzeltrainings und Tageskarten können zum regulären Tarif bezogen werden.

Anmeldung:

Die Anmeldung für das Training ist gültig mit der Überweisung der Trainingsgebühr.

Wir freuen uns auf Euch und hoffen auf Euer zahlreiches Erscheinen!



Auskunft / Organisation:

Karate-Kai Bern & Karate Klub Uni Bern
+41 (0)31 996'23'22 oder info@karate-bern.ch