

Deutscher HO SIN DO Verband e.V.

Präsident: Jürgen Pschibul, Hofstatt 5, 34587 Felsberg-Beuern, Tel./Fax: 05662/5223



1. zentrale Gürtelprüfung mit Trainingslager 2011



Am 18. und 19. Juni 2011

in der großen Turnhalle in Spangenberg (beim Hallenbad)

Trainingslagerablauf

Samstag:

- 15.00 - 15.30 Uhr Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen
15.30 - 17.00 Uhr Prüfungsvorbereitung
17.00 - 17.30 Uhr Pause
17.30 - 19.00 Uhr Prüfungsvorbereitung

ab 19.30 Uhr

Gemeinsames Beisammensein mit Essen und Trinken im Dorfgemeinschaftshaus in Spangenberg – Bergheim



Sonntag:

- 10.00 - 12.00 Uhr Prüfungsvorbereitung
ab 12.30 Uhr Prüfungen 7. - 1. Kup

Kosten:

Die Trainingslagergebühr beträgt **10,-- € pro Person**

Übernachtung:

Es besteht die Möglichkeit, privat oder im DGH zu übernachten. Alle die übernachten wollen, bitte rechtzeitig bei Jörg Kispert, Tel.: 0173/2674235, melden.

Verpflegung:

Essen und Trinken kann zu günstigen Preisen käuflich erworben werden!

Bemerkung:

Alle Prüflinge müssen bis spätestens 08.06.2011 angemeldet sein. Die Teilnahme am Trainingslager ist Pflicht. Bretter für Bruchtest und Wettkampfausrüstung müssen selbst mitgebracht werden.

Mit freundlichen Grüßen

Jürgen Pschibul