

Karate Trainingslager 2015

geplante Ankunft: Fr, 12. Juni 2015 – ca. 14-15 Uhr
(Zimmer garantiert ab 17 Uhr bezugsfertig)

geplante Abreise: So, 14. Juni 2015 – ca. 15-16 Uhr
(Check out bis 10.00 Uhr)

Tagesprogramm

Freitag, 12. Juni

Freibad	je nach Anreisezeitpunkt
Außenanlage (Degi)	16:00 – 18:00 Uhr
Abendessen	18:00 – 19:00 Uhr
Aufwärmen/Dehnen	19:30 – 19:50 Uhr
Kraftkammer	19:50 – 20:40 Uhr
Kegelturnier	21:00 – 22:30 Uhr

Samstag, 13. Juni

Frühstück	07:30 – 10:00 Uhr
Dojo	10:00 – 11:30 Uhr
Freibad	11:30 – 16:00 Uhr
Außenanlage (Degi)	16:00 – 18:00 Uhr
Abendessen	18:00 – 19:00 Uhr
Dojo	19:30 – 21:00 Uhr

Sonntag, 14. Juni

Frühstück	07:30 – 10:00 Uhr
Dojo	10:00 – 11:30 Uhr
Hebalm (Degi)	13:00 – 16:00 Uhr



Mitzunehmen sind:

Trainingsanzug (Karate Gi)
Sport-/Freizeitbekleidung (Turnschuhe)
Wanderbekleidung/-rucksack
Badesachen
Dinge des persönlichen Bedarfs
Ausweis, E-Card

Wenn vorhanden:

Pulsuhr
Zusätzliche Trainingsbekleidung

Bei Schlechtwetter wird statt dem Freibad ein Ersatzprogramm organisiert.

Zusätzliche Freizeitmöglichkeiten sind in unmittelbarer Nähe

- Burg Deutschlandsberg
- Radtouren (Radverleih ab 8 €/Person)
- Stainzer Flascherzug
- Eismanufaktur Valentino
- Therme Nova
- uvm.



Leistungen

Zimmer / Ausstattung

- 54 Zimmer (mit Du/WC, teilweise Zimmer mit Verbindungstür, Galeriezimmer, Balkon)
- 10 rollstuhlgerechte Zimmer
- 7 Seminar- & Workshopräume
- Großzügige Sauna- & Wellnesslandschaft
- 4 turnierfähige Kegelbahnen
- Ski- & Schuhraum
- Volleyballplatz
- Großes Outdoor-Spielgelände
- Indoor Spielbereiche
- Lagerfeuerstelle
- Kunstwerkstatt mit Brennofen
- Rad- & E-Bike Verleih (auch Mountain E-Bikes, Citybikes...)
- Massagen auf Anfrage buchbar



Rad & Bike Zentrum

- Landesleistungszentrum für Radsport des Landes Steiermark
- Mehrzweckhalle (27 x 18 m, 7 m hoch)
- Professionelle sportmedizinische Beratung (Leistungsdiagnose)
- Kraftraum mit Trainingsmöglichkeiten
- Höhentrainingskammer
- Indoor Cycling
- Massage & Physiotherapie



Sonstiges

- Hietlbad (für Hausgäste kostenlos)
- Erlebnisbad Deutschlandsberg
- Tischtennis



Unterkunft

JUFA Deutschlandsberg Sport Resort

Burgstraße 5
8530 Deutschlandsberg
Tel: +4357083260
Fax: +4357083261
E-Mail: deutschlandsberg@jufa.eu

Kosten

ab 16 Jahre: 145,50 €/Person (2 Nächte Ü/HP; Trainingseinheiten inkl. Degi's Abenteuercamp)
von 5-16 Jahre: auf Anfrage!

Ü/HP: beinhaltet das Abendessen und das Frühstück am folgenden Tag.
Abendessen: in Buffetform - umfasst Suppe, frische Salate, Hauptspeisen
(vegetarisch oder Fleischgericht) und Nachspeisen.
Frühstück: reichhaltiges Frühstücksbuffet mit warmen Getränken

Wir hoffen auf eine rege Teilnahme und bitten um verbindliche Reservierung durch Überweisung der Teilnahmegebühr **bis spätestens 10.04.2015** auf unser Vereinskonto (einlangend)! Hin- und Rückfahrt/Eintritte und dergleichen sind in der Gebühr nicht enthalten! **Nachmeldungen** sind danach nur mehr auf Anfrage möglich!

Grundsätzlich 3 bzw. 4 Bett Zimmer, gesonderte Wünsche nur gegen Aufpreis (ehestmögliche Bekanntgabe)! Die Trainingsangebote sind natürlich frei nutzbar!

Stornobedingungen lt. JUFA Gästeliste (online einsehbar!)

Anmeldung

Shōtōkan Karate-Dō Wien
Ansprechperson: David Heidschuster
Tel. +43/699/127 07 147
E-Mail: info@karate-wien.com
Homepage: www.karate-wien.com
ZVR-Zahl 581055287

Bankverbindung

Volksbank NÖ-Mitte/Neulengbach
IBAN: AT574715048337940000
BIC/SWIFT-Code: VBOEATWWNOM

(Änderungen vorbehalten!)