KÄMPFERHERZ
SCHULE DER RITTERLICHKEIT

Karateseminar-Reise nach SPANIEN

für Jugendliche (ab 12 Jahre) und Erwachsene
für alle Gurtgrade – auch Anfänger / Schnupperer

Dienstag, 20.10.2015 bis Mittwoch, 28.10.2015

Diese Reise ist sowohl für Jugendliche (ab **12 Jahren)** und Erwachsene (Karateka) aus unserer Karateschule **aller Leistungsklassen** gedacht - empfohlene Gäste willkommen.

Genauso möchten wir auch **Jene ansprechen, die Karate erst kennenlernen** und gemeinsam mit ihren Freunden eine Spanienreise ans Meer erleben möchten. Wir werden vor Ort einen entsprechenden **Zentai-Karate-Anfängerkurs** anbieten.

DER ORT!
Unser Reiseziel geht an die Mittelmeerküste, in die Nähe von Tarragona, nach

Vinyols i els Arcs –

Hier haben wir einen **ökologischen Campingplatz** gefunden, der sich auf dem 5 Hektar großen landwirtschaftlichem Bio-Betrieb Maspubills, 4km vom Strand von Cambrils entfernt, befindet.

„Das Vinyols Camp verbindet Landwirtschaft mit Familienfreizeit, bei dem Respekt und Achtung vor der Natur die Werte sind, die wir mit unseren Gästen teilen möchten.“

http://www.vinyolscamp.com/en/

UNTERKUNFT und VERPFLEGUNG

Wir wohnen in kleinen, hölzernen 4/5-Bett-Bungalows inmitten von hundertjährigen Haselnussbäumen, gleich neben dem Camp-Swimmingpool...

Jeder **Bungalow** verfügt über eine Küche, einen Wohnbereich und ein eigenes Bad sowie eine Terrasse mit Stühlen und Tischen.

Die **Verpflegung** ist – natürlich - vollständig biologisch! Es gibt 3 Mahlzeiten pro Tag.

WANN?
Die **9-tägige Reise** findet in den **Hamburger Herbstferien** statt und geht von

Dienstag, den 20. Oktober bis
Mittwoch, den 28. Oktober 2015

Im oben genannter Zeitraum wird Sevki (und die bereits angemeldeten Reisenden) vor Ort sein. Aber auch eine frühere Anreise bzw. spätere Abreise – gemäß Eurem individuellen Reisekalender – ist selbstverständlich möglich.

WAS?
Bei dieser Karatereise möchten wir drei Aspekte in den Mittelpunkt stellen:
1. Zentai-Karate
2. Das Land/ Kulturreise Barcelona
3. Die Gemeinschaft

Zu 1. Zentai-Karate:
- Wir vermitteln der jeweiligen Leistung entsprechende Themen in regelmäßigen Trainingseinheiten: Mindestens 14 Trainingseinheiten an Vor- und Nachmittagen sind geplant.
- Bestimmte Themen werden in der großen Gruppe behandelt, andere nach Gurtgraden und in Leistungsklassen gegliedert.
- Lehrer ist Sevki Akyildiz, der Begründer des Zentai-Karate, sowie ggf. weitere Assistenzlehrer.

Zu 2. Das Land:

- Wir möchten ein Stück Spanien ergründen: das Land, die Leute, die Kultur.
- Wir werden mindestens zwei Ausflüge nach Tarragona und Barcelona unternehmen,
- in Kurzausflügen die nähere Umgebung anschauen
- und natürlich „Bio“ Projekte vor Ort besichtigen.

Zu 3. Die Gemeinschaft:
Natürlich kann und soll jeder, der inneren Stimme und eigenen Bedürfnissen folgend, sich besinnend oder zur Erholung zurückziehen oder eigene Wege gehen …
Aber wir wollen, wo möglich, einiges gemeinsam unternehmen.
Was genau, ergibt sich vor Ort…

ZENTAI-KARATE

„Zentai-Karate Do“, – vom japanischen „den ganzen Körper betreffend“ – bezeichnet eine humanistisch geprägte, ganzheitliche Kampfkunst. Der Mensch, sein Leben, seine Bewegung, sein Ausdruck und seine Gesundheit sind der Mittelpunkt und ständiger Referenzpunkt im Zentai-Karate. Sevki Akyildiz, der Begründer dieser Karate-Haltung, sensibilisiert die Karateka – Kinder, Jugendliche und Erwachsene – für die eigenen Bewegungen. Atem und Meditation als Ausdruck innerer Energien ergänzen diesen ganzheitlichen, individuellen Ansatz.

ANREISE

Für die eigne Anreise empfehlen wir Flüge über/nach Barcelona.
Barcelona ist ca. 100 km von Tarrragona entfernt; von Tarragona sind es dann noch einmal 15 km bis Vinyols. Von Barcelona bis Vinyols empfiehlt sich ein Mietwagen. Es fährt auch eine Bahn von Barcelona bis Cambril.

KOSTEN

Der **Karateseminarbeitrag** von **195,- EUR** beinhaltet folgende Leistungen:
160,- EUR : Seminar (14 Einheiten Karate je 1- 1,5 h)
inkl. Mitnutzung des angemieteten Saals
35,- EUR : Organisationsgebühr

Bitte überweist den Betrag bis zum 9. Oktober auf folgendes Konto:
Empfänger: Sevki Akyildiz
IBAN: DE57200100200538132203
Betreff: Karateseminar in Spanien + Name

Die Kosten für **Unterkunft und Verpflegung** in 4-5 er Holzbungalows, inkl. Bettwäsche und Handtücher beträgt **338,- EUR** und ist vor Ort beim Vermieter zu begleichen.
Nach der Anmeldung (siehe unten) – aber gerne auch schon vor der Anmeldung - erfolgt auf jeden Fall ein individuelles Organisations-Gespräch mit dem Orga-Team, um Fragen und individuelle Wünsche aufzunehmen.

Im Preis sind sind nicht enthalten:
Flug oder andere Reisekosten, die bitte individuell von den Reisenden zu organisieren sind
- wo wir können, helfen wir gerne!

ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt per E-Mail unter Nennung folgender Daten:

1) Name, Vorname, Geburtsdatum
2) Adresse
3) Handynummer
4) Gurtgrad (bzw. Schnupperer)
5) Gurtlänge
6) Verein/Karateschule
7) Hinweis, wie Ihr auf diese Reise aufmerksam geworden seid.

Bei allen weiteren Fragen wendet Euch gerne an uns.

Sevki und Ariane
kontakt@dojo-kaempferherz.de