



**INTERNATIONAL
BUDO FEDERATION
DEUTSCHLAND e.V.**

MITGLIED DER IBF-INTERNATIONAL · REPRÄSENTANT FÜR DEUTSCHLAND

Disziplinvorsitzender Shotokan Karate Do
Markus Höpker

An alle Mitglieder

der IBF Deutschland e.V.

Markus Höpker

Tel. 0162-7926782

e-mail: info@redhandfist.de

Einladung zum „Jubiläums-/Aktionstag – 10 Jahre Karate Dojo SSC Dodesheide e.V.“

Die Karate Abteilung des SSC Dodesheide e.V. veranstaltet am 29.03.2025 in Osnabrück einen „Jubiläums-/Aktionstag“, anlässlich des 10-jährigen Bestehens ihres Karate Dojos.

An diesem Tag haben Interessierte die Möglichkeiten an diversen Karate-Lehrgängen (Einsteiger / Fortgeschrittene (Mittelstufe) / Erfahrene & Meister (Oberstufe)) sowie an verschiedenen Selbstverteidigungskursen (kostenlose „Schnupperkurse“ sowie kostengünstige Workshops“ teilzunehmen.

Darüber hinaus bestehen begrenzte Teilnahmeplätze für andere Aktionen, wie z.B. Sandsack-BOXEN und Fitnessboxen.

Hinweis: Teilnahme an den Karate-Lehrgängen kann als Dan-Vorbereitung eingetragen werden!

Ort: Turnhalle des „Schulzentrum Sonnenhügel“, Knollstr. 143, 49088 Osnabrück

Anfahrt: siehe Navi + Hinweisschilder vor Ort, **Notfallhandy: 0162 – 7926782**

Anmeldung: ab 9.30 Uhr

Ausrüstung: Doboock / Gi, Sportbekleidung , Schutzausrüstung (wenn vorhanden)

Kosten: Kostenlos:
Karate-Lehrgänge, „Schnupperkurse SV“, Sandsack-Boxen sowie Fitnessboxen

Kostengünstig:
10,- Euro/Person bei Teilnahme an „redhandfist – SV Workshops“

Ablauf: www.aktionstag-ssc-karate.redhandfist.de

Mit freundlichen Grüßen

Markus Höpker

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Haftung für Körper- und/oder Sachschäden wird nicht übernommen.