

# KARATE

# PFINGSTLAGER

BUDO ARTS BASEL

Freitag, 02. Juni bis  
Montag, 05. Juni 2017



Diemtigtal ([www.alpenrosemani.ch](http://www.alpenrosemani.ch))

## Wichtige Informationen zum Lager

**Anmeldung:** [www.budoarts.ch](http://www.budoarts.ch)

**Kontakte:** Philipp Müller (079 619 11 38) und Felix Tobler (076 399 00 72)

**Abreise:** Freitag 2. Juni um 17.00 Uhr vor dem Dojo Eglisee

**Rückreise:** Montag 5. Juni ab 14:30, Ankunft in Basel ca. 18.00 Uhr

**Transport:** Private PKWs der Trainingsleiter (Treffpunkt vor dem Dojo)

**Adresse der Unterkunft:** Ferienhaus Alpenrose, 3756 Zwischenflüh

**Preis:** 135.- CHF pro Teilnehmer (beinhaltet sämtliche Aufwände inkl. Verpflegung)

## Ablauf

- Training: Täglich zwei intensive Karate Trainings à 1,5 Stunden (stufengerecht) sowie Joggen
- Freizeit: geführtes Freizeitprogramm in der Natur (Brötlen im Wald, Spiele etc.)

## EURE PACKLISTE UND TO Dos

- Zwingend dem Kind die **Notfallkontakte der Eltern mit Telefonnummer** auf Papier geschrieben mitgeben, wo man die Eltern jederzeit erreichen könnte
- Sackgeld mitnehmen (ca. 10 – 20 Franken)
- **Karate Gi, Gürtel**, Tief-/Brustschutz (wenn vorhanden)
- **Schlafsack**
- Karate Kata Buch (wenn vorhanden)
- Hausschuhe, Turnschuhe und feste Schuhe für Ausflüge
- Waschzeug mit Hand-/Badetüchern
- Badeanzug/-hose
- T-Shirts und Pulli für kühle Abende
- Turnbekleidung/Trainer
- Unterwäsche/Socken
- Pyjama
- Sonnenschutzmittel
- Kopfbedeckung und Regenschutz
- Taschenlampe
- Falls nötig: persönliche Medikamente
- Spiele und Schreibsachen falls gewünscht – KEINE elektronischen Spielkonsolen und KEINE Handys

**Das gesamte Leitungsteam des Dojos freut sich schon jetzt mit Euch ein super Karate Lager durchzuführen!**

**Budo Arts Basel**