

KARATE

PFINGSTLAGER

BUDO ARTS BASEL

Freitag, 18. Mai bis
Montag, 21. Mai 2018



Diemtigtal (www.alpenrosemani.ch)

Wichtige Informationen zum Lager

Anmeldung: www.budoarts.ch

Kontakte: Philipp Müller (079 619 11 83) und Felix Tobler (076 399 00 72)

Abreise: Freitag 18. Mai um 17.00 Uhr vor dem Dojo Eglisee

Rückreise: Montag 21. Mai ab 14:30, Ankunft in Basel ca. 17.00 Uhr

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

Adresse der Unterkunft: Ferienhaus Alpenrose, 3756 Zwischenflüh

Preis: ca. 150.- CHF pro Teilnehmer (beinhaltet sämtliche Aufwände inkl. Verpflegung)

Ablauf

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

EURE PACKLISTE

- 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/Feldflasche
- Falls nötig: persönliche Medikamente
- Spiele und Schreibsachen falls gewünscht – KEINE elektronischen Spielkonsolen

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

Budo Arts Basel