



KD B



KARATE-CAMP

Veranstalter Karate Dachverband Land Brandenburg e.V.

ZELT- & FERIENCAMP



16.7. - 21.7.2023

Sophienstraße 49 | 14772 Brandenburg an der Havel

Sho Dan
sha Kai e.V.



Wir danken für Ihre Unterstützung:



Puhlmann Security

1. Brandenburgischer Kampfsportverein e.V.



Karate



Landesleistungsstützpunkt Karate Dachverbandes Land Brandenburg e.V.

Sophienstraße 49 | 14772 Brandenburg an der Havel

Das erwartet Euch:

**Abendteuer in Zelten | Karatetraining | Badespaß
Kinderspielen und Party | Top motivierte Betreuer**

Was ist mitzubringen:

**Zelt | Isomatte | Schlafsack | Kissen | Kuscheltier | Sportsachen (Karateanzug)
Badesachen | Besteck | Tassen (Becher) | Teller (Tief und Flach) | Taschenlampe
Sonnenschutz | Mückenschutz | Waschtasche | Badelatschen | Handtuch | Spiele
Tischtenniskelle | Malsachen | Schwimmerlaubnis!!!**

Veranstalter: **Karate Dachverband Land Brandenburg e.V.**

Ort: **Sophienstraße 49 | 14772 Brandenburg an der Havel**

Termin: **16.07. - 21.07.2023**

Anmeldung per Mail an: **marc.puhlmann@kdb-brandenburg.de**

Kosten: **175,00 € je Teilnehmer/in inkl. Vollverpflegung**

Teilnehmeranzahl ist 55 Personen begrenzt. Bestätigung der Teilnahme erfolgt nach Bezahlung.

Bankverbindung: **MBS in Potsdam**

IBAN: DE47 1605 0000 1000 6208 63 | BIC: WELADED1PMB

Stichwort **KDB Karate Camp und den Namen vom Teilnehmer**, Anmeldeschluss 31.05.2023

Ablaufplan

1. Tag, Sonntag 16.07.2023

14-15 Uhr: Anreise
15-16 Uhr: Zelte aufbauen und Camp-Regeln erklären
16-17.30 Uhr: Welcome Training
18 Uhr: Abendessen
19.30 Uhr: Abendprogramm allgemeines Kennenlernen
21 Uhr: Betruhe

3. Tag, Dienstag 18.07.2023

08 Uhr: Wecken
08.30 Uhr: Frühstück
10-11.30 Uhr: Training
12.30 Uhr: Mittagessen
13.30-15 Uhr: Erholung
15-18.30 Uhr: Teambildung/Stand-Up-paddeln mal ganz anders
18.30 Uhr: Abendessen
19.30 Uhr: Zeit zum Rumtoben
21 Uhr: Betruhe

5.Tag, Donnerstag 20.07.2023

08 Uhr: Wecken
08.30 Uhr: Frühstück
10-11.30 Uhr: Training
12.30 Uhr: Mittagessen
13.30-15 Uhr: Erholung
15-17 Uhr: Überraschung - der Tanzbär
17-18 Uhr: Training
18.30 Uhr: Abendessen
19.30 Uhr: Abschluss Party
21 Uhr: Betruhe

2.Tag, Montag 17.07.2023

08 Uhr: Wecken
08.30 Uhr: Frühstück
10-11.30 Uhr: Training
12.30 Uhr: Mittagessen
13.30-15 Uhr: Erholung
15-17 Uhr: Workshop „gesunde Ernährung“
17-18 Uhr: Training
18.30 Uhr: Abendessen
19.30 Uhr: Zeit zum Rumtoben
21 Uhr: Betruhe

4.Tag, Mittwoch 19.07.2023

08 Uhr: Wecken
08.30 Uhr: Frühstück
10-11.30 Uhr: Training
12.30 Uhr: Mittagessen
13.30-15 Uhr: Erholung
15-18.30 Uhr: Badespaß/Wasserwettbewerb
18.30 Uhr: Abendessen
19.30 Uhr: Zeit zum Rumtoben
21 Uhr: Betruhe

6.Tag, Freitag 21.07.2023

08 Uhr: Wecken
08.30 Uhr: Frühstück
09.30-10.30 Uhr: Training
11-12.30 Uhr: Zeltlager abbauen
12.30-13.30 Uhr: Auswertung/Feedback
14-16 Uhr: Abreise

SCHÖN, DASS IHR DABEI WART!

e-Mail: marc_puhlmann@web.de | Handy: 0177- 4037077

Postanschrift: KDB e.V. | Postfach 2025 | 14736 Brandenburg | Tel.: 03377-3389930 | Fax: 03377-3389931 | Internet: www.kdb-brandenburg.de
Gerichtsstand: Potsdam | Register-Nr.: VR 492 P)