



## 3. REGIO SEMINAR SÜDBADEN in *Lörrach* mit

### Antimo Pascarella, 4. Dan Shotokan

Samstag, den 11. September 2010 in Lörrach

Ort: Grütthalle beim Grüttparkstadion, Grützweg 1, 79541 Lörrach

Graduierung : ab 6.Kyu - Dan / Kosten 5.- Euro

#### Seminarinhalt und Trainingszeiten

14:30 Uhr QI GONG ( Drachenform )

15:00 Uhr KIHON ( Hara-Einsatz )

16:00 Uhr PAUSE ( Getränke, Kaffee und Kuchen vorhanden )

16:30 Uhr THEORIE ( Anatomie vom Herz und TCM-Bezug )

17:00 Uhr KATA ( Tekki - Oyo & spezielle Bunkai )

18:00 Uhr ENDE vom Seminar + kleine gemeinsame Gesprächsrunde

Freue mich über Euer Interesse

„OSS“

Antimo

Infos : [www.karate-loerrach.de](http://www.karate-loerrach.de)  
[Info@karate-Loerrach.de](mailto:Info@karate-Loerrach.de)  
[antimo@karate-loerrach.de](mailto:antimo@karate-loerrach.de)  
Handy : +49 170 310 18 47

Der Veranstalter lehnt eine Haftung jeglicher Art ab.