Kumite Lehrgang

Harald Strauß 7. Dan

Cardiotraining mit Bernd Hübner

am 7. November 2026

in der

Turngemeinde Landshut
Sandnerstrasse 7
84034 Landshut

10:00 – 10:45
Mobility, Warm-up und Core-Training
Bernd Hübner

10:45 – 12:00
Kihon-Ippon / Happo-Kumite
Harald Strauß

13:30 – 15:30
Karate / Randori
Harald Strauß

15:45 – 16:30
Tabata
Bernd Hübner

Gebühren: 25 €

Info: Götz Alexander
karate.tglandshut@gmail .com / Tel.: 0171 3886577

Trainingszeiten und Pausen können sich je nach Teilnehmer ändern.
Veranstalteter, Ausrichter und Seminarleiter lehnen jegliche Haftung ab!
Ausrichter/Veranstalter: Turngemeinde Landshut (Abteilung Karate)