



Das Kung Fu Event 2019

Trainingsreise „*Pfingstcamp*“ nach Rügen

inkl. Besuch des Hansedomes

Fr. 07.06.2019 bis Mo. 10.06.2019

Pfingstcamp in der Jugendherberge Prora auf Rügen

2019 ist die Jugendherberge Stralsund erneut zu klein für unsere Reisegruppe. Wir wechseln deshalb auf Deutschlands größte Jugendherberge in Prora auf Rügen. Die Jugendherberge liefert uns einfach die perfekten Bedingungen für unser jährliches Trainingscamp. 2019 findet dies bereits zum 14. Mal statt. Egal ob ihr hauptsächlich euren Spaß haben wollt, euch eine spezielle Form oder Waffenform interessiert, ihr Stock- oder Bodenkampf lernen möchtet oder euch auf die nächste Gurtprüfung vorbereitet - absolut jeder bekommt „sein“ Training.



Unterrichtet wird das gesamte Schwarzgurtteam mit seinen Assistenten. Ihr werdet somit die gesamte Trainingsreise von eurem gewohnten Trainer betreut. Ihr könnt gern bereits vorab mit ihm/ihr eure speziellen Trainingswünsche besprechen.

Die Unterkunft erfolgt in der Jugendherberge in 4 bzw. 6-Bett-Zimmern. Vollverpflegung in der Jugendherberge sowie zusätzliches Grillen sind inklusive. Die Jugendherberge liegt direkt an der Ostsee.



Die Anreise erfolgt am Freitagnachmittag in Eigenregie oder mit unserem organisierten Transfer (Bus, Bahn, PKW – je nach Teilnehmerzahl). Abends beginnt das erste Training. Der gesamte Samstag sowie Sonntag sind Trainingstage. Montag findet vormittags noch Training statt, nachmittags geht es in den Hansedom und danach erfolgt die Heimreise.



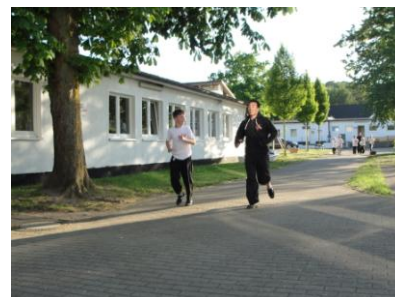
WICHTIG :

Wir können **keine Plätze** in der Jugendherberge **reservieren**. Stralsund hatte bereits nicht genug Plätze und in Prora haben wir bis jetzt schon 75 Plätze gebucht. Darum unbedingt **schnell anmelden!** Für Nachzügler versuchen wir noch Plätze zu bekommen, aber wer sich später anmelden möchte riskiert nicht mitzukommen!

Das Camp für jeden Teilnehmer!

Kung Fu ist ein Individualsport. Und genau in diesem Sinn ist unser Camp gestaltet. Wir werden mit **allen Schwarzgurten und mehreren Assistenten** unterrichten. Somit haben wir die Möglichkeit wirklich jedem genau „sein Training“ zu bieten.

Es wird **getrennte Trainingseinheiten** für **Jugendliche/Erwachsene** und **Kinder** geben. Ebenso wird nach der Erfahrung der Teilnehmer unterteilt. Sowohl der **Anfänger** als auch der **Fortgeschrittene** bekommt ein für ihn interessantes, abwechslungsreiches und forderndes Training. Weiterhin liegt es in eurer Hand, ob ihr ausschließlich „**hartes Training**“ wollt oder ob ihr euch ein paar „**Spaß-Trainingseinheiten**“ gönnt.



Dieses Jahr gibt es vorab keinen festen Trainingsplan. Euer **individueller Trainingsplan** wird nach euren Vorstellungen gestaltet. Alles zwischen ein paar spaßigen Trainingseinheiten und viel Freizeit bis hin zum knallharten Training von 5.00 Uhr bis 24.00 Uhr ist möglich.



Sprecht euren Trainer schon vorab auf eure Wünsche an. Euren individuellen Trainingsplan erstellen wir mit euch am Anreisetag.

Das *Pfingstcamp* für Familien, Eltern und Begleitpersonen

Für Begleitperson und für Familien (mehrere Teilnehmer) gelten gesonderte Preise. Bitte sprecht uns hierauf an.

Kosten:

- 3 x Übernachtung/Vollpension inkl. Grillen
Bis 26 Jahre, Mehrbettzimmer = **195,- EUR**
Ab 27 Jahre, Mehrbettzimmer = **215,- EUR**
- Transfer ab/an Standort Rostock Südstadt = **25,- EUR**
- Ausflug in den Hansedom (Eintritt incl. Transfer) = **20,- EUR**
- Training ohne Unterkunft Samstag und Sonntag je **40,- EUR**

für alle gibt es das 2019er „*Pfingstcamp*“ T-Shirt **kostenlos**



