

13. Regio-Lehrgang

zusammenkommen, miteinander trainieren, voneinander lernen

mit 9 Trainerinnen und Trainern aus der Region



09. November 2025
Stuttgart-Hohenheim



Erhard Gaidos, 5. Dan

Holger Hug, 5. Dan

Günter Pesch, 2. Dan

Isaldin Alamira, 4. Dan

Josef Birli, 7. Dan

Ludwig Walter, 1. TG WT

Rainer Mittenzwey, 7. Dan

Tom Kaiser, 5. Dan

Ulla Böttiger, 2. Dan

Zeiten	Halle 1	Halle 2	Seminarraum
10.00 - 11.00 Uhr	Goju Ryu / Shotokan Basics Josef, Rainer	Heian Katas Tom (auch für Kids)	Qi Gong Ulla 12 Daoistische Übungen
11.15 - 12.15 Uhr	SV aus Heian Katas, Isaldin (auch für Kids)	Kumite Erhard (auch für Kids)	Taichi Ulla alter YangStil, 108er Form
Mittagspause			
13.30 - 14.30 Uhr	Gojushiho Sho Tom	SV mit WT/Karate Ludwig, Holger	Karate mit innerer Energie (Ki) I Günter
14.45 – 15.45 Uhr	Combat Arnis Isaldin Stöcke (Ø 2-3 cm, ca. 60-70 cm) sind selbstständig mitzubringen	SV mit WT/Karate Ludwig, Holger	Karate mit innerer Energie (Ki) II Günter

Ort: Universitätssporthalle, 70599 Stuttgart, Egilolfstraße 47
Veranstalter: Uni Hohenheim in Zusammenarbeit mit der Dojogemeinschaft Region Stuttgart e.V.
Gebühr: 25,- Euro für Erwachsene, 15,- Euro für Jugendliche / Studenten, 10,- Euro für Kinder bis 14
Info: rainer.mittenzwey@dojogemeinschaft.de
www.dojogemeinschaft.de
Haftung: Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung jeglicher Art ab.