

## Top-Lehrgang mit Landestrainer Marcus Gutzmer in Götttschied



Marcus Gutzmer mußte am 09.11. eine Doppelschicht absolvieren. Eigentlich sollte auch Marc Haubold da sein, der hat uns wohl schlicht vergessen?! Trotzdem war es wieder (wie immer bei Marcus) ein toller Lehrgang, der von ca. 65 Teilnehmern besucht wurde. Bei den Kids gab es Koordinationsübungen mit Bällen, Seilen und Pylonen. Die Unterstufe wurde mit Heian Jondan und die Oberstufe mit Chinte geschult. Dazu gab es natürlich auch Bunkai und Kumiteübungen. Es hat allen Riesenspaß gemacht trotz des anspruchsvollen Trainings.

Vielen Dank auch an unsere fleißige Küchenhelfer, Kuchenbäcker und Salatzubereiter und allen, die geholfen haben. Ein Highlight war der Kuchen von Frau Heß, siehe Bild. Erst wollte ihn Keiner anschneiden, dann wurde er aber fast ganz "verputzt"

Unsere Teilnehmer haben nun die Voraussetzung für die Prüfung erworben.

Leo 10.11.2013