

# Sommerlehrgang der VVDO

## Wann:

Samstag 23. Juni 2018  
10:00 – 16:00 Uhr  
Pausen werden vor Ort geregelt  
(Bewirtung in den Pausen)

## Wo:

TSV 1885 Freinsheim e.V.  
Friedhofstr. 25  
67251 Freinsheim

**Referent:** VS Tran, Viet Tung und sein Trainerteam



## Lehrgangsinhalt:

**Bis 12 Jahre:** Sommertrainingscamp mit Stationen für Kraft, Schnelligkeit, Dehnung und Ausdauer (bei gutem Wetter bitte Sonnencreme und bei schlechtem Wetter bitte Regenkleidung mitbringen)

**Ab 12 Jahre und Erwachsene:** (bitte Langstock und Übungsschwert mitbringen):

- 4 Langstockformen und Variationen
- Grundbewegungen mit dem Schwert

**Anmeldung** bis 15.06.2018, 20:00 Uhr verbindlich **über den eigenen Trainer!**

Info unter: [lehrgang@de.vietvodao-international.com](mailto:lehrgang@de.vietvodao-international.com)

**Lehrgangsgebühr:** 15,-- EUR Kinder, 25,-- Euro Erwachsene

**Entrichten** der Gebühr bis 20.06.2018 auf:

Commerzbank Heidelberg, IBAN DE87672400390183220380, BIC COBADEFFXXX

## Rücktritt vom Lehrgang

Bei Rücktritt bis spätestens zwei Tage vor dem Lehrgang ist die halbe Lehrgangsgebühr zu bezahlen. Ansonsten ist die volle Lehrgangsgebühr zu entrichten. Nichtteilnahme am Lehrgang befreit die angemeldete Person nicht von der Lehrgangsgebühr. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Für Personen und Sachschäden wird keinerlei Haftung übernommen.

**Zelten ist möglich und direkt beim Viet Vo Dao Freinsheim anzumelden: [thorsten.immig@viet-vo-dao.de](mailto:thorsten.immig@viet-vo-dao.de)**

!!! Irrtümer bzw. Änderungen vorbehalten !!!