

# dojo-information 57

## **Dojo Lemgo-Lippe e.V.**

Reherberg 11, 32657 Lemgo

Fon 0171-2446792

Email [Dojolemgo@aol.com](mailto:Dojolemgo@aol.com)

<http://www.dojo-lemgo-lippe.com/>

### Neue Trainingsgruppe:

#### Karate-Minis von 3 bis 6 Jahren mit Eltern

In kindgerechter und spielerischer Art werden karatetechnische und allgemeinsportliche Grundlagen gelegt. Vielfältige neue Bewegungserfahrungen werden gemacht. Die sportliche Konstitution wird verbessert, die Persönlichkeitsentwicklung gefördert und ein starkes Selbstbewußtsein aufgebaut.

Ort: Gymnastikhalle der Karla-Raveh-Gesamtschule, Vogelsang 31 in 32657 Lemgo,

Zeit: Mittwoch 16-17 Uhr,

Trainer: Maxim Arutunyan und Anika Druffel

Beginn: ab sofort.

#### Cardio-Scan

23. und 24.04.2018 in unserer Sporthalle von 17.00 bis 19.30 Uhr

Mittels Elektroden an Händen und Füßen wird ein Ruhe-EKG gemessen, um das Herz und die aktuelle Stressbelastung des Herzens zu testen.

Die Messung und deren Auswertung dauern nur wenige Minuten.

Die Ergebnisse kann man direkt mitnehmen. Kosten 7.50€ für die Teilnehmer. Den Rest übernimmt der Verein.

Anmeldung erforderlich: Zeitsbfrage beim Training oder bei [d.dreimann@t-online.de](mailto:d.dreimann@t-online.de)

#### Termine und Aktionen

21.04.2018 LG mit T.Näther, S.Maßmann und G.Konior in Bösingfeld.

23. und 24.04.2018 Cardio-Scan in Lemgo

28.04.2018 LM Jugend, Junioren und U21 in Bünde

21.05.2018 German Kata Cup in Maintal

02. und 03.06.2018 DM der Jugend, Junioren und U21 in Erfurt

16.06.2018 Westfalenmeisterschaften in Emsdetten

23.06.2018 Ruhpott-Kata-Marathon

30.06.+01.07.2018 OWL-Karate-Camp in Blomberg

08.07.2018 Dan-Anwärterkurs in Lenzinghausen

03.09.2018 „20 Jahre Dojo Lemgo-Lippe“,  
Feierstunde ab 18 Uhr

08.09.2018 DKV-Tag in Neuss

15. und 16.09.2018 24h-LG in Bünde

19. bis 21.09.2018 LG mit K.Shiina in Bad Salzuflen

22.09.2018 Jubiläumslehrgang in Bad Salzuflen mit K.Shiina, T.Gißler, M.Glad und V.Schwinn

22.09.2018 LM Kinder/Schüler in Geldern

20.10.2018 Shotokan-Cup in Coburg

27.10.2018 Budokan-Cup in Bochum

10.11.2018 DM Schüler in Ilsenburg

11.11.2018 DM Masterklasse in Ilsenburg

01.12.2018 Shotokan-Reihe mit S.Krause in Lemgo

01.12.2018 Kyu-Prüfungen in Lemgo

07.12.2018 Kläschenmarkt in Lemgo, Treffen 19  
Uhr Rathaustreppe

15.12.2018 Dan-Prüfung mit F.Tönnis, F.Nöske  
und S.Krause in Kempen

10 oder 11/2019 LG mit Dan-Prüfung in Lemgo

Einstiegsmöglichkeiten: (alle in der kleinen Halle der Karla-Raveh-Gesamtschule, Vogelsang 31 in 32657 Lemgo)

**Aerobic:** Mittwoch 18.30-19.30 Uhr,

**Judo:** Montag 18-19 Uhr für Kinder und 19-20.30  
Uhr für Erwachsene,

**Ju Jitsu:** Donnerstag 17 Uhr für Kinder und ab  
18.45 Uhr für Erwachsene,

**Karate:** Dienstag 16-17 Uhr Kinder bis 9,  
Montag 16-17 Uhr für Kinder/Schüler ab 9,  
Mittwoch 16-17 Uhr Karate-Minis von 3-6 Jahren  
mit Eltern

Montag 18-19 Uhr Erwachsene,  
Mittwoch 17-18 Uhr integratives Training,  
Montag Karate Ü50, 19-20,15 Uhr,

**Kendo:** Donnerstag ab 20.15 Uhr in Lemgo,  
sowie **Kendo** in Bielefeld: Dienstag in der  
Klosterschule, Klosterplatz 3 in 33602 Bielefeld.