



FEIERTAGE MAI

Am **1. Mai** (Tag der Arbeit) und am **29. Mai** (Christi Himmelfahrt) bleibt unsere Karate-Schule, wie immer an Feiertagen, geschlossen.

An diesen Tagen gönnen wir uns alle eine kleine Verschnaufpause, um neue Energie zu tanken! Wir freuen uns darauf, euch danach wieder voller Elan auf der Matte zu sehen. Genießt die freien Tage und bleibt aktiv!

TAG DER OFFENEN TÜR



Am Freitag, den **9. Mai** öffnen wir von 16:00 bis 19:00 Uhr unsere Türen für alle, die Karate und uns kennenlernen möchten. **An diesem Tag findet kein reguläres Training statt – dafür schenken wir neuen Interessierten einen Blick in unsere Welt!**

Und ihr seid ein wichtiger Teil davon:

Wenn ihr jemanden begeistert und sich daraus eine Anmeldung ergibt, dürft ihr euch auf eine besonderes Dankeschön freuen:

✦ **2 Monate nur den halben Monatsbeitrag zahlen**
oder

✦ **1 Monat Entspannungstraining – für euch selbst oder zum Verschenken an jemanden, dem ihr etwas Gutes tun möchtet**

Eure Empfehlung zählt bis 31. Mai – unabhängig davon, ob eure Freunde am Tag der offenen Tür dabei waren. Gebt uns einfach im Dojo bescheid, wer eure Empfehlung ist und für welche der Dankeschön-Aktionen ihr euch entscheidet, dann wir leiten alles für euch in die Wege.

Ab sofort könnt ihr außerdem gern passende Flyer zum Tag der offenen Tür im Dojo mitnehmen und verteilen.

Gemeinsam können wir unsere Karate-Familie wachsen lassen – mit Menschen, die zu uns passen und mit denen das Training noch mehr Freude macht. Danke, dass ihr Teil davon seid!

Weitere Infos gibt's außerdem hier: [Tag der offenen Tür im Internet](#) 

SELBSTVERTEIDIGUNGS- KURSE

Im Mai werden wir wieder zwei neue Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Kinder und Jugendliche abhalten.

Der Kurs ist eigentlich für Kids und Teens gedacht, die noch nicht bei uns im Dokan trainieren – aber natürlich dürfen auch unsere eigenen Karate-Kids und -Teens mitmachen! Eine perfekte Gelegenheit, euer Wissen aufzufrischen, dranzubleiben und richtig Spaß zu haben.

Und das Beste: Für euch gibt's wieder einen tollen Dokan-Rabatt! Kids zahlen nur 30,00€ statt 45,00€ und Teens sind mit 45,00€ statt 65,00€ dabei.

Also, seid dabei – wir freuen uns auf volle Power, viel Motivation und ganz viel Spaß zusammen!

Infos und Anmeldung sind hier möglich: [Kurse für Kids & Teens im Mai](#)





KARATE-SCHULE DOKAN BÜDINGEN

"SICHERHEIT UND GESUNDHEIT FÜR DIE GANZE FAMILIE"

NEWSLETTER

02/2025

DEUTSCHE MEISTERSCHAFT DER LEISTUNGSKLASSE



Am 29. März fand die Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse in Frankfurt statt. Es war ein tolles und gut besuchtes Event, bei dem man Karate auf Spitzenniveau erleben konnte.

Unser Noel war auch in diesem Jahr wieder vom Landesverband nominiert und konnte mit dem dritten Platz schon seine inzwischen vierte Medaillen auf Deutschen Meisterschaften einheimen.

Was für ein großartiger Erfolg für ihn und damit auch für unser Dokan.

UNSERE WEBSEITE



In den zurückliegenden Osterferien haben wir unserer Webseite einen moderneren Anstrich verpasst. Ihr findet dort natürlich weiterhin alles Wissenswerte rund um das Dokan wie NEWS und TERMINE, aber auch das eine oder andere Neue ist dort zu entdecken.

Schaut gern rein und gebt uns euer Feedback: www.karate-dokan.de



DOKAN KLEIDUNG



Ab sofort findet ihr an unserer Theke im Aufenthaltsraum Muster unserer Dokan-Kleidung. Wenn ihr schauen möchtet, welche Größe euch oder euren Kids passt, sprecht uns einfach kurz an - wir helfen euch gern weiter!