



DEUTSCHE MEISTERSCHAFT DER SCHÜLER



Am 17. Mai trafen sich in Halle an der Saale die 300 besten Karatekas der Altersklassen U12 und U14 zur Deutschen Meisterschaft der Schüler – und unser Dokan war mittendrin! Zoe und Lion vertraten uns im Kata-Einzel und zeigten starke Leistungen: Beide entschieden souverän ihre ersten beiden Runden für sich und zogen unter die Top 20 ein – ein beeindruckendes Ergebnis auf diesem hohen Niveau!

Doch damit nicht genug: Lion trat zusätzlich im Kata-Team gemeinsam mit A. Loumadine (Zanshin Frankfurt) und L. Baghdijan (SC Judokan Frankfurt) an. Das Trio kämpfte sich bis ins kleine Finale – und sicherte sich dort verdient die **Bronzemedaille!** 🏅

WAS FÜR EIN ERFOLG! Wir sind stolz auf Zoe und Lion und gratulieren Lion und seinem Team ganz herzlich zur DM-Medaille!

Übrigens: Das war bereits die 6. Medaille auf Deutschen Meisterschaften für unsere Karate-Schule – und das in nur 5 Jahren Vereinsgeschichte.

SCHEINE FÜR VEREINE

Vom 19. Mai bis 22. Juni gibt's bei jedem Einkauf im REWE-Markt oder online pro 15€ Einkaufswert einen Vereinsschein – **kostenlos für euch, aber wertvoll für uns!**

Denn: Mit diesen Scheinen können wir tolle Prämien wie Trainingsmaterial, Sportgeräte oder Vereinszubehör bekommen. Je mehr Scheine, desto besser die Prämie – ganz einfach! Und natürlich ist auch unser Dokan bei der Aktion dabei! Wenn ihr uns unterstützen möchtet, habt ihr zwei Möglichkeiten:

- Online zuordnen: Direkt über diesen Link könnt ihr eure Scheine unserem Verein gutschreiben: [SCHEINE ZUORDNEN](#)
- Abgabe im Dojo: Wir stellen im Dokan eine Sammelbox auf – einfach eure Scheine einwerfen, wir übernehmen den Rest!
- Abgabe im Büdinger REWE-Markt: direkt hinter den Kassen findet ihr eine Box von uns, in die ihr ebenso Scheine werfen könnt – total easy und schnell gemacht.

Jeder einzelne Schein hilft uns, noch bessere Trainingsbedingungen zu schaffen – für Groß und Klein, für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. **Wir sagen schon jetzt: Herzlichen Dank für eure Unterstützung, liebe Dokan-Familie!**

SELBSTVERTEIDIGUNGS-KURS "NUR FÜR FRAUEN"

Ab 10. Juni startet bei uns ein neuer, 3-teiliger Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurs **speziell für Frauen**, der Körper und Geist gleichermaßen stärkt.

In diesem Kurs geht es nicht nur um Techniken – sondern auch um Selbstvertrauen, Energie und das gute Gefühl, etwas für sich selbst zu tun. Ganz gleich, ob du Anfängerin bist oder schon Erfahrung hast – hier geht es um dich: deine Kraft, dein Tempo, dein Raum – und das **für alle Frauen ab ca. 15 Jahren**.

Für euch (und die Mamas unserer Dokan-Kids) gibt's wieder einen tollen Dokan-Nachlass von über 30%. So sinkt die Kursgebühr von 65,00 € auf 45,00 €.

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

Infos und Anmeldung sind hier möglich: [Kurs "FÜR FRAUEN"](#)

Die Plätze sind begrenzt.





KARATE-SCHULE DOKAN BÜDINGEN

"SICHERHEIT UND GESUNDHEIT FÜR DIE GANZE FAMILIE"

NEWSLETTER

03 / 2025

SPORTLEREHRUNG



In diesem Jahr findet die Ehrung der erfolgreichsten jungen Sportlerinnen und Sportler am **15. Juni (11.00 Uhr) auf dem Marktplatz in Büdingen** statt. Sie ist damit Teil des Weinfestes. Gleich Elf unserer Sportlerinnen und Sportler sind nominiert und könnten ausgezeichnet werden.

Wir würden uns daher natürlich über viele Zuschauer und tosenden Applaus für unsere mutigen Kids & Teens freuen. Kommt vorbei, genießt ein leckeres Getränk und lasst uns zusammen eine tolle Zeit mit vielen schönen Momenten haben.



TRAININGSKLEIDUNG BEI HITZE



Der Sommer kommt und sicher freuen wir uns alle sehr darauf. Damit auch unsere Kids weiter fleißig trainieren können und nicht zerfließen, dürfen **alle Kids & Teens ab ca. 24 Grad Außentemperatur** in T-Shirt und Gi-Hose trainieren.

SAUBERE FÜSSE



Der Sommer bringt es auch mit sich, dass wir uns alle viel barfuß oder in Sandalen/Flip Flops bewegen. Daher erneuern wir dringend die Bitte, vor jedem Training die Füße zu säubern.

Niemand von uns möchte mit den unsauberen und ungepflegten Füßen eines Trainingspartners (oder -partnerin) in Berührung kommen und so lasst uns doch gemeinsam dafür sorgen, dass niemand in diese unschöne Situation kommen muss.