



Neustadt in Holstein/Ostsee

34 Jahre Sommerlehrgang Neustadt 1992-2026

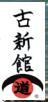
Das Karate-Happening ist zurück!

31.07. – 05.08.2026

Freitag

Mittwoch

Komm zu den
erfolgreichsten Trainern
Deutschlands!

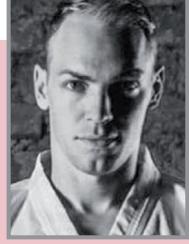


INFO: 0 43 21 / 7 95 27 • www.urlaub-karate.de



Momo Abu Wahib
6. DAN
Sportdirektor Luxemburg

Als Athlet wurde Momo mehrfacher Deutscher Meister und gewann auch international viele Medaillen - als Trainer gehört er zu den erfolgreichsten Katatrainern in Deutschland. Er motiviert mit einer besonderen Didaktik und einem individuellen Trainingsaufbau.



Noah Bitsch
4. DAN
Bundestrainer Kumite

Als 20-facher Deutscher Meister, Europa- und Vizeweltmeister im Kumite ist Noah einer der erfolgreichsten Karateka des DKV und vermittelt neben sensationellen Techniken auch viel Spirit & Spass bei seinen Trainingseinheiten.



Ilja Smorguner
4. DAN
Bundesassistentstrainer Kata

Ilja ist 6-maliger Deutscher Kata Meister, Vize Kata Weltmeister 2014 und erreichte den 3. Platz bei der WM 2016 - er wird uns die Stilrichtung Shito-Ryu näher bringen.



Ralf Brachmann
6. DAN

Als Kämpfer und als Trainer überzeugt er mit seinen durchdachten Aktionen. (2. Pl. World Games 89, 3. Pl. EM + WM, Int. Deutscher Meister '89, mehrf. DM.)



Wolfgang Hagge
9. DAN

In seiner Lehrmethode verbindet er die Erfahrungen seiner Erfolge als Wettkämpfer (EM '85 Team, 8 x DM) und als Trainer (7 x DM-Mannschaft, 1986 – 2001 Landestrainer in S.-H., 1989 – 1991 Co-Bundestrainer des DKV) mit den Prinzipien anderer Kampfkünste.



Christian Grüner
5. DAN
Sportdirektor Österreich

Christian (Hochschulweltmeister, Vizeweltmeister der Junioren und mehrf. Medaillengewinner bei EM und World Games) begeistert in seinen Trainingseinheiten mit abwechslungsreichen und innovativen Übungsformen im Breiten- und Spitzensport.

Kampfrichterlehrgang · Ostseepokal 2026 · DAN & Kyu-Vorbereitung · U85 (für ältere Karateka) · Abschluß-Party

Ideale Trainingszeiten, die Vielseitigkeit des Trainerteams, und der Spaß am Training ohne die Ernsthaftigkeit und Disziplin, die unsere Kampfkunst verlangt, zu vergessen, bestimmen die Atmosphäre dieses Lehrgangs.

Übernachtung

Kurverwaltung Neustadt, 23730 Neustadt-Pelzerhaken
Tel.: 0 45 61 / 70 11 + 7012, Übernachtung mit Schlafsack
in/oder Camping direkt an der Gogenkroghalle.

Veranstalter: Karateverband Schleswig-Holstein e.V.

Lehrgangsgebühr/Registrierung:

Erwachsene/Jgd.:	139,- €, 3 Tage
	159,- €, 5 Tage
Kinder (bis 12 Jahre):	119,- €, 3 Tage
	139,- €, 5 Tage

per Überweisung

ACHTUNG –

NEUE KONTOVERBINDUNG:

Empf.: Sommerlehrgang Neustadt 2026
IBAN: DE 48 2305 1030 0022 0266 66
BIC: NOLADE21SHO
oder bar bei der Registrierung

Prüfungen

Shotokan, Koshinkan und SOK bis 5. Dan
Kampfrichterlehrgang wird angeboten!

Ausrichter: Gesundheit & Rehasport Neumünster e.V.



KARATE-KIDS-CAMP

- Extra Kindergruppen
- Ganztagsbetreuung
- Vollverpflegung
- Übernachtung im Freizeitzentrum

- Besuch im **HANSA-PARK**
(größter Freizeitpark Norddeutschlands)

- Auf Wunsch:
abschließende Gürtelprüfungen
- Teilnahme am Ostseepokal möglich
- Spass
- Freunde treffen

**All-In
329,- €**
incl. LG-Gebühr & Eintritt in den
Hansa Park Sierksdorf



Meldungen: an **Gesundheits & Rehasport e.V.**, Haart 224, 24539 Neumünster

e-mail: info@urlaub-karate.de - mit Geburtsdatum und Graduierung. Bitte bis zum 25.06.2026

INFO: 0 43 21 / 7 95 27 • www.urlaub-karate.de

**Wir leben
Karate!**

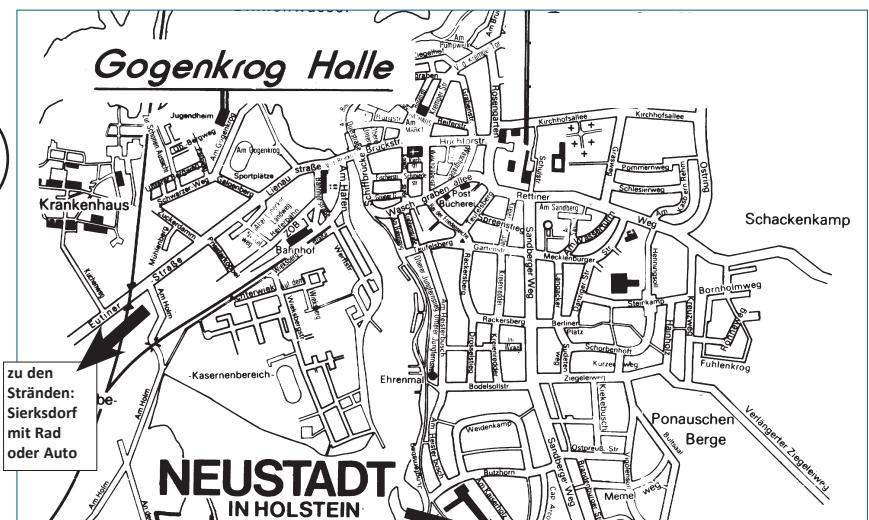
Teilnehmerturnier „Ostseepokal 2026“ in der Gogenkroghalle

Natürlich nur für Teilnehmer, die „Lust und Spaß“ am Wettkampf haben!!!

Disziplinen:

A: Kata	bis 12 J.	(gemischt, 9.-7. Kyu)
B: Kata	bis 12 J.	(gemischt, ab 6. Kyu)
C: Kata	13–17 J.	(gemischt, ab 8. Kyu)
D: Kata	18–39 J.	(gemischt, ab 7. Kyu)
E: Kata	ab 40 J.	(gemischt, ab 6. Kyu)
F: Kumite Kids weibl.	9–11 J.	(ab 7. Kyu)
G: Kumite Kids männl.	9–11 J.	(ab 7. Kyu)
H: Kumite Herren	12–14 J.	(ab 7. Kyu)
I: Kumite Herren	15–17 J.	(ab 6. Kyu)
J: Kumite Herren	18–39 J.	(ab 5. Kyu)
K: Kumite Herren	ab 40 J.	(ab 5. Kyu)
L: Kumite Damen	12–14 J.	(ab 7. Kyu)
M: Kumite Damen	15–17 J.	(ab 6. Kyu)
N: Kumite Damen	18–39 J.	(ab 5. Kyu)
M: Kumite Damen	ab 40 J.	(ab 5. Kyu)

Achtung:
Neue
Kategorien!



Übernachtung

Kurverwaltung Neustadt-Pelzerhaken
Tel. 0 45 61 / 70 11 + 70 12
oder Kurverwaltung Sierksdorf 0 45 63 / 70 23

Kinderbetreuung / Kidscamp

Übernachtung im Jugendfreizeitheim · Verpflegung · Eintritt ins Hansaland und vieles mehr

Wenn erwünscht, bitte bei der Meldung unbedingt angeben. All - In 329,- €

Übernachtung
vor Ort
mit Schlafsack in
oder Camping
direkt an der
Gogenkroghalle.

TRAININGS- UND VERANSTALTUNGSPLAN

Gruppe	Zeit	Halle	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch
Kinder 10.-7.Kyu	09:00 - 10:00	Gogenkr. 1	Brachmann	Wahib	Hagge	Bitsch	10:00 Uhr Abschlußtraining Alle Gruppen zusammen Hagge & Brachmann
Kinder ab 6.Kyu	09:00 - 10:00	Gogenkr. 2	Grüner	Hagge	Brachmann	Bitsch	
U85 Für ältere Karateka aller Graduierungen	10:00 - 11:00	Gogenkr. 1	Hagge	Wahib	Hagge	Smorguner	
5.Kyu - Dan	11:00 - 12:15	Gogenkr. 1	Grüner	Wahib	Hagge & Brachmann	Smorguner	
9.-5.Kyu	10:00 - 11:00	Gogenkr. 2	Grüner	Hagge	Hagge	Bitsch	

12:15 Uhr
Selbstverteidigung &
Selbstbehauptung
für Kids und Teens

12:15 Uhr
Dan-Vorbereitung
13:00 bis ca. 20:00 Uhr
Kampfrichterlehrgang

12:15 Uhr
Dan-Vorbereitung

12:15 Uhr
Kyu-Vorbereitung
und Kyu-Prüfungen

12:30 Uhr
Abreise

RELAXEN,
BÄDEN ...

Kinder 10.-7.Kyu	16:00 -17:00	Gogenkr. 1	Grüner	Ab 16:00 Uhr „Ostseepokal“ (Gogenkrogh.)	Smorguner	Trainingsfrei	Wir sehen uns wieder im Jahr 2026. Wir freuen uns auf Euch!
Kinder ab 6.Kyu	16:00 - 17:00	Gogenkr. 2	Wahib		Smorguner	HANSAPARK	
U85 Für ältere Karateka aller Graduierungen	17:00 - 18:00	Gogenkr. 1	Grüner		Brachmann	Bitsch	
5. Kyu-Dan	18:00 - 19:15	Gogenkr. 1	Wahib		Smorguner	Bitsch	
9.-5.Kyu	17:00 - 18:00	Gogenkr. 2	Wahib		Smorguner	Brachmann	

Die 5. Kyu können jeweils zwischen Ober- und Unterstufe wählen !

19:30
Kids Disco
20:00
Begrüßungsabend

Nach dem
Ostseepokal:
Gemeinsames
Beisammensein

20:00
Apré Karate

19:30 Uhr
Shotokan Dan-Prüfung
19:30 Uhr
Koshinkan Dan-Prüfung
Ab 20:00 Uhr
Abschiedsabend