

Karate Osterlager 2026 – Informationen



1. Veranstaltungsdetails:

Datum: 3. April bis 5. April 2026

Ort: Sportzentrum Zuchwil, Amselweg 59, 4528 Zuchwil

Anreise: Die Anreise erfolgt gemeinsam mit Bussen ab dem Dojo Adliswil. Treffpunkt wird ca. um 09:00 am 3. April 2026 sein. (Der genaue Zeitpunkt wird noch bekannt gegeben).

Abreise: Die Rückreise erfolgt ebenfalls gemeinsam mit Bussen. Die Teilnehmer:innen können um ca. 15:00 wieder beim Dojo Adliswil abgeholt werden.

Für wen:

- **Kinder*** (ab 9 Jahren und ab Orangegurt)
- **Jugendliche/Erwachsene** (alle Gradierungen)
- **Kader**

**eine gewisse Selbständigkeit wird vorausgesetzt (alleine Übernachten, persönliche Hygiene, Eigenverantwortung für persönliches Eigentum)*

ANMELDESCHLUSS: 15. DEZEMBER 2025

Es gibt eine beschränkte Anzahl Plätze → es gilt das
«first-come-first-serve» Prinzip

2. Programm:

Wir werden ein abwechslungsreiches Trainings- und Freizeitprogramm für alle Teilnehmer:innen vorbereiten. Die Trainings werden in drei Gruppen unterteilt: Kinder (ab 9 Jahren), Jugendliche/Erwachsene & Kader.

Neben intensiven Karate-Trainingseinheiten stehen auch polysportive Aktivitäten, Spiele und weitere Aktivitäten auf dem Programm.

→ Während des Osterlagers ist die Handynutzung auf festgelegte Zeiträume beschränkt, um den Fokus auf ein gemeinsames, positives und soziales Erlebnis zu legen. Handys können gegebenenfalls eingesammelt und sicher verwahrt werden, damit die Kinder sich voll auf die Aktivitäten und das Miteinander konzentrieren können.

3. Übernachtung:

Die Übernachtung während des Lagers ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Übernachtet wird im Sportzentrum Zuchwil in Gemeinschafts-Zimmern.



4. Verpflegung:

Die Verpflegung während des Lagers ist im Teilnahmebeitrag enthalten. Es werden Frühstück, Mittagessen und Abendessen sowie Snacks angeboten. Sollte ein/e Teilnehmer:in spezielle Ernährungsbedürfnisse haben (z.B. Allergien, vegetarische oder vegane Ernährung), bitten wir dies bei der Anmeldung anzugeben.

5. Lager-/Trainings-Leitung und Betreuung:

Alle Trainingseinheiten und Aktivitäten werden von erfahrenen Trainer:innen geleitet. Es gibt während des gesamten Lagers eine durchgängige Betreuung und einen Ansprechpartner für Notfälle.

Die Senseis während dem Lager sind: Shihan Steve, Sensei Miguel, Sensei Adrian sowie diverse weitere Senseis.

6. Kosten:

Das Osterlager kostet **280CHF für Kinder/Jugendliche** bzw. **300CHF für Erwachsene**. Darin enthalten sind sämtliche Kosten für Verpflegung, Übernachtung, Transport, Trainings und Betreuung.

Familien, bei denen mehr als 1 Person am Lager teilnimmt, erhalten 10% Rabatt auf die 2. Person.

7. Weitere Informationen:

Wir werden allen Teilnehmer:innen vor dem Lager noch weitere Informationen (inkl. Packliste, Kontaktpersonen, etc.) zusenden.

Bei Fragen im Vorfeld des Lagers stehen wir gerne zur Verfügung. Schreibt uns einfach eine E-Mail an info@shukokai-karate.ch oder meldet euch direkt bei uns im Dojo.

Wir freuen uns auf ein intensives und spannendes Karate-Wochenende mit euch!

Oss

Miguel Wettstein

Adrian Casserini

Organisationsteam Karate-Osterlager 2026