



Shotokan-Karate im TSV Lindau 1850 e.V.  
[www.karate-lindau.de](http://www.karate-lindau.de)



## Einladung zum gemeinsamen Bento Abend

Hallo liebe Karatekas,

ich bin's wieder, euer Shoto! Dieses Mal lade ich euch nicht zum Training ein, sondern in die Küche. Wir wollen gemeinsam Bento machen - ist eine traditionelle japanische Lunchbox oder eine darin verpackte, portionierte Mahlzeit für unterwegs.

- Für Wen: Alle (Kinder, die noch nicht sicher mit Messern umgehen können, nur in Begleitung der Eltern)
- Wann: Samstag, 17. Oktober 2026, 17:00 bis etwa 19:00 Uhr (Nach dem Essen, kann wer mag, den Abend noch gemütlich ausklingen lassen)
- Wo: Jahnstübchen, Rotkreuzplatz 1, auf der Insel

Damit wir gleich richtig loslegen können, bringt bitte mit:

- Boxen (Brotboxen mit abnehmbarem Deckel, und wer hat: mit Abtrennungen)
- Eine Gabel, wer hat Stäbchen
- Messer & Brettchen zum Schneiden
- und natürlich jede Menge gute Laune und Hunger 🍱

Lasst uns gemeinsam schnippeln und genießen. Wir freuen uns schon auf einen tollen Abend mit euch!

Peer, Felicitas und Paula

Für diesen Abend ist eine Anmeldung notwendig. Außerdem kostet der Eintritt 4€, damit wir die Lebensmittelkosten decken können. Für die Anmeldung einfach den Zettel unten ausfüllen und, gemeinsam mit dem Geld, bitte spätestens am Dienstag (13. Oktober) vor dem Treffen bei uns abgeben oder uns per E-Mail schicken. Bitte gebt auch an ob ihr Unverträglichkeiten habt!

Kontakt:

[dojo@karate-lindau.de](mailto:dojo@karate-lindau.de)

Oder einfach bei uns persönlich im Training

Wir freuen uns auf euch!

Eure Jugendvertretung