



2020

Lehrgangs- und Bildungsplan

Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Grußwort

Liebe Trainer*innen, liebe Karateka,

mit dem hier vorliegenden Lehrgangs- und Bildungsplan möchten wir euch traditionell das Angebot für Breitensportmaßnahmen sowie das Angebot für Aus- und Fortbildungen des KDNW für das Jahr 2020 vorstellen.

Die neue Konzeption der Ausbildungen ist gut angenommen worden. Ab 2020 arbeiten wir erstmals mit dem LSB-Programm *moodle*. Dieses bietet eine optimale Betreuung beim Lernen zu Hause.

Das DOSB-Lizenzsystem *Lims* verwaltet seit 2017 alle Trainer*innen-Lizenzen. Diese werden künftig als Urkunde ausgestellt.

Ein detailliertes Infoblatt zum Thema Lizenzverlängerung wird vom DOSB erstellt. Diese Informationen werden dann schnellstmöglich an euch weitergereicht. Fragen hierzu beantwortet euch die Geschäftsstelle.

Wie immer findet ihr im vorliegenden Lehrgangs- und Bildungsplan auch Altbewährtes: z.B. die Jugendfreizeit in Spanien, die Termine der Stilrichtungen, für Prüfer*innen und des Kampfrichterwesens sowie alle Veranstaltungen des LSB-Programms *Bewegt älter werden*. Diese werden zukünftig außerdem zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Natürlich fehlen auch die großen KDNW-Events nicht: Das Trainer*innen-Meeting im Januar und der KDNW-Tag im November 2020.

Wir wünschen euch viel Spaß mit unserem Angebot!

Euer KDNW-Team

Inhalt

Organisatorisches

Anmelde- und Teilnahmebedingungen	Seite 6
Ausbildungsstruktur und Kosten	Seite 8

Qualifizierung

Basismodul	Seite 12
Ausbildung Trainerassistent*in	Seite 13
Ausbildung Trainer*in-C Breitensport	Seite 14
Ausbildung Trainer*in-C Leistungssport	Seite 16
Fortbildungen zur Lizenzverlängerung	Seite 18
Fortbildung: Schnelligkeit/Entspannung	Seite 19
Fortbildung: Retreat Meditation	Seite 20

Kinder und Jugend im KDNW

Ferienfreizeit für Kids	Seite 26
Erlebnisfreizeit (Groß-)Väter mit Kindern	Seite 27

Stilrichtungen und Prüfungswesen

Shotokan: Prüfer*innenlehrgänge	Seite 34
Shotokan: Prüfer*innenneuausbildung	Seite 35
Shotokan: Stilrichtungslehrgänge	Seite 36
Goju-Ryu: Prüfer*innenlehrgänge	Seite 38
Goju-Ryu: Breitensport-Lehrgänge	Seite 39
Goju-Ryu: Stilrichtungslehrgänge	Seite 40
Goju-Ryu: Dansha-Lehrgänge	Seite 42
Shito-Ryu: Stilrichtungslehrgänge	Seite 43
Wado-Ryu: Prüfer*innenlehrgang	Seite 44
Wado-Ryu: Stilrichtungslehrgang	Seite 45
Kempo: Stilrichtungslehrgang	Seite 46
Koshinkan: Stilrichtungslehrgänge	Seite 47

Angebote für Mädchen und Frauen

Herbstserie SB/SV	Seite 28
Winterserie Kumite	Seite 29
Landesfrauentag	Seite 30

Breitensport

Jukurenlehrgänge	Seite 21
KDNW-Tag	Seite 33

Projekt LSB & KDNW: „Bewegt Älter Werden“

Klausur: Generationsübergreifend Karate	Seite 48
Klausur: Karate-Do als Lebensphilosophie	Seite 50
Klausur: Karate-Do und Meditation	Seite 52
Klausur: Innere und äußere Kämpfe	Seite 54
Workshop-Liste 2020	Seite 56

Wettkampfsport

Trainer*innen-Meeting	Seite 32
-----------------------	----------

Kampfrichterwesen

Dananwärter*innen-Lehrgänge	Seite 22
Bezirkskampfrichter*innenausbildung	Seite 24
Kampfrichter*innenfortbildung	Seite 25

Sonstiges

Grußwort	Seite 3
Terminübersicht	Seite 57
Notizen	Seite 61
Impressum	Seite 63

Anmelde- und Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Verbindliche Anmeldungen sind einzeln und schriftlich (per Post, Fax oder E-Mail an info@kdnw.de) an die KDNW-Geschäftsstelle zu richten. Telefonische oder unvollständige Anmeldungen werden nicht berücksichtigt.

Anmeldebestätigung

Informationen über die Teilnahme, das Programm sowie Anreisehinweise werden bei Lehrgängen in Sportschulen ca. zwei Wochen vor Lehrgangsbeginn versandt. Sollte der Lehrgang ausgebucht sein, werden Sie umgehend benachrichtigt. Lehrgänge außerhalb von Sportschulen werden nicht schriftlich bestätigt.

Bezahlung

Bitte überweisen Sie mit der Anmeldung die Teilnahmegebühr auf unser Konto. Erst nach Einzahlung der Teilnahmegebühr haben Sie Anspruch auf Reservierung eines Teilnehmer*innen-Platzes. Sind alle Plätze des Lehrgangs bereits belegt, übernehmen wir einen Teil der Anmeldungen auf eine Warteliste. Eine Teilnahme kann jedoch erst nach Freiwerden eines Lehrgangsplatzes zugesagt werden. Sollten Sie selbst nicht mehr teilnehmen können, erwarten wir in jedem Fall Ihre Nachricht! (Auch wenn Sie lediglich einen Wartelistenbescheid erhalten haben.) Falls der Lehrgang ausgebucht ist, werden bereits bezahlte Gebühren umgehend rücküberwiesen.

Rücktritt

Der Rücktritt von der Teilnahme ist vor Lehrgangsbeginn durch schriftliche Erklärung gegenüber der Geschäftsstelle möglich. In diesem Fall wird ein Bearbeitungsentgelt von 15,- € von dem zu erstattenden Lehrgangsentgelt abgezogen. Bei Absagen in einem Zeitraum von 7 Wochen vor Lehrgangsbeginn werden zusätzlich die Ausfallkosten der Sportschule berechnet.

Lehrgangsausfall

Der KDNW behält sich vor, Lehrgänge wegen zu geringer Teilnehmezahlen oder aus anderen nicht vorhersehbaren Umständen abzusagen. Die Gebühren erhalten die Teilnehmer/innen dann zurück. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden.

Haftung

Für Unfälle auf dem Hin- und Rückweg sowie für die Dauer des Lehrganges übernehmen Veranstalter und Ausrichter keine Haftung für Personen- und Sachschäden. Die Mitglieder sind über die Deutsche Sporthilfe unfall- und haftpflichtversichert.

Wichtiger Hinweis

Sammelanmeldungen und Sammelüberweisungen werden nicht angenommen. Lehrgänge ohne Lehrgangsgebühr werden nicht schriftlich bestätigt.

Ausbildungsstruktur und Kosten

Die einzelnen Ausbildungsstufen müssen wie nachfolgend beschrieben durchlaufen werden:

Basisqualifizierungen

Trainerassistenten*innen

verlängertes Wochenende mit Unterkunft und Verpflegung; Kosten: 140,-€, Voraussetzungen: zwischen 14 und 16 Jahre alt, 6. Kyu, Meldung durch den Verein

Basismodul

2 Wochenenden mit Unterkunft und Verpflegung, Kosten: 180,-€, Voraussetzungen: Mindestalter 17 Jahre, 4. Kyu, Meldung durch den Verein. Das Basismodul kann auch dezentral in den Stadt- und Kreissportbünden oder Qualifizierungszentren absolviert werden. Informationen unter: www.qualifizierung-im-sport.de

Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe

Trainer*innen-C-Breitensport

4 Wochenenden mit Unterkunft und Verpflegung und Blended Learning-Phasen, Kosten: 380,-€, Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre, 3. Kyu, Meldung durch den Verein, Teilnahme an der Ausbildung zur*zum Trainerassistenten*in oder Teilnahme am Basismodul

Trainer*innen C-Leistungssport

4 Wochenenden mit Unterkunft und Verpflegung und Blended Learning Phasen, Kosten: 150,- €, Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre, 3. Kyu, Meldung durch den Verein, Teilnahme an der Ausbildung zur*zum Trainerassistenten*in oder Teilnahme am Basismodul

Ausbildungen auf der 2. Lizenzstufe

Trainer*innen-B-Breitensport

Findet 2020 nicht statt.

Trainer*innen-B-Leistungssport

Findet 2020 nicht statt.

Fortbildungen

Fortbildungen für ÜL & Trainer*innen

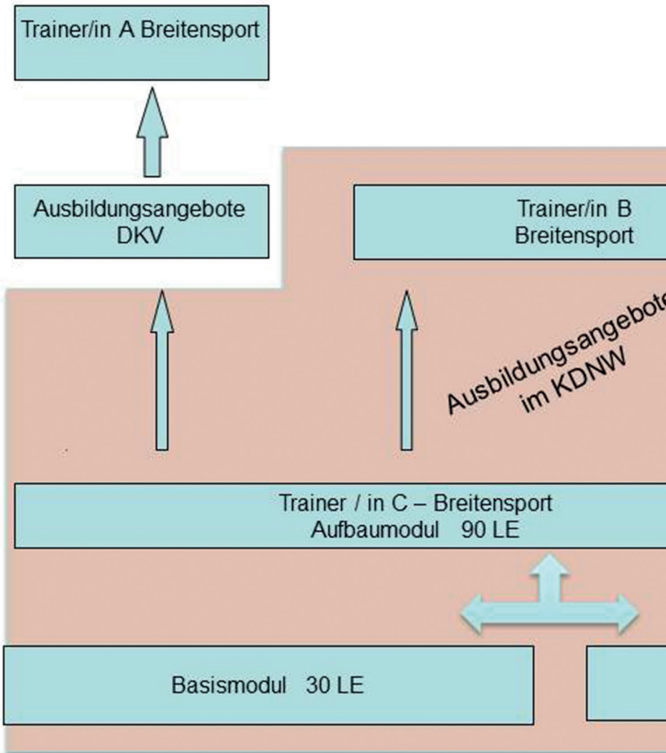
1 Wochenende mit Unterkunft und Verpflegung, Kosten:
115,-€

Hinweis

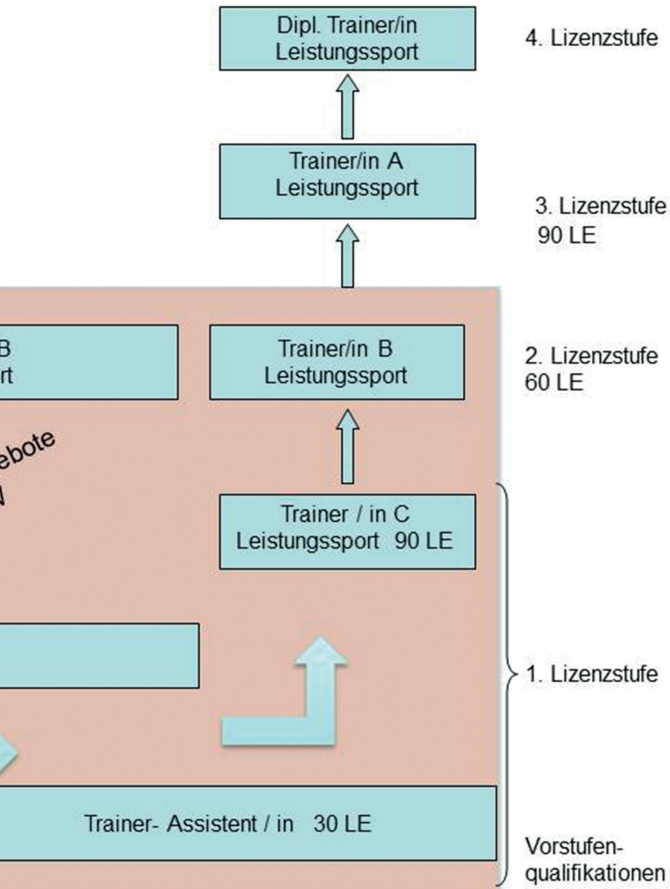
Karateka aus anderen Bundesländern können an Wochenendlehrgängen des KDNW teilnehmen sofern noch freie Plätze vorhanden sind. Es werden zusätzlich Kosten in Höhe von 30,- € pro Wochenende erhoben.

Grafik: Ausbildungsstruktur

Struktur der Lizenzausbildung



Qualifikationen im KDNW und DKV



Basismodul

Das Basismodul stellt einen Einstieg in die Ausbildung zur*m Trainer*in-C-Breitensport dar und beinhaltet erste Grundlagen, die für das Leiten von Gruppen und für die Planung, Durchführung und Reflexion von Angeboten wichtig sind. Neben der Vielfalt sportlicher Inhalte und deren Sinnrichtung werden Motive wie Gesundheit, Gemeinschaft, Erlebnis und Spiel thematisiert.

Hinweis

Das Basismodul kann auch dezentral in den Stadt- und Kreissportbünden oder Qualifizierungszentren absolviert werden. Infos: www.qualifizierung-im-sport.de

Termine

Beginn: 18.01.2020, 09:00 Uhr (Wedau)

Ende: 19.01.2020, 14:30 Uhr

Beginn: 08.02.2020, 09:00 Uhr (Hachen)

Ende: 09.02.2020, 14:30 Uhr

Anmeldeschluss

13.12.2019

Leitung

Referententeam des KDNW

Teilnahme

Mindestalter 17. Jahre, 4. Kyu,

Anmeldung über einen DKV-Verein

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Hachen

Sportschule Wedau,

Friedrich-Alfred-Str. 15, 47055 Duisburg

Einchecken erst in der Mittagspause möglich!

Gebühren

180,- € Eigenleistung für Übernachtung u. Verpflegung

Hinweis

Voraussetzung für die Erlangung der Teilnahmebescheinigung ist die aktive Teilnahme an allen Lerneinheiten.

Ausbildung

Trainerassistent*in

Ziele

Die Teilnehmer*innen sollen befähigt werden, in ihrem Verein die Trainer*innen bei der Organisation und Durchführung des Trainings zu unterstützen. Sie sollen den Vereinssport mitgestalten und mitbestimmen können.

Inhalte

Spielformen im Karate-Training, richtiges Auf- und Abwärmen, Funktionsgymnastik, Anatomie/Physiologie, Belastungs- und Leistungsfähigkeit im Kindes- und Jugendalter, Methodik der Technikvermittlung und Fehleranalyse, Methodik des Kihon-, Kata- und Kumite-Trainings

Termin

Beginn: 30.07.2020, 16:00 Uhr (Do-So)

Ende: 02.08.2020, 12:15 Uhr

Anmeldeschluss

18.06.2020

Leitung

Dennis Dreimann, Susanne Nitschmann, Michael Bolder

Teilnahme

zwischen 14 und 16 Jahren, ab 6. Kyu

Ort

Sport- und Erlebnisdorf Hinsbeck,

Heide 2c, 41334 Nettetal

Gebühren

140,- € Eigenleistung für Übernachtung u. Verpflegung

Hinweis

Die Ausbildung wird wie das Basismodul für die Trainer*innen-C-Ausbildung anerkannt und als Lizenz in den DKV-Ausweis eingetragen. Die Teilnehmer*innen erhalten nur nach aktiver Teilnahme an allen Lerneinheiten eine Teilnahmebescheinigung.

Ausbildung

Trainer*in-C Breitensport

Ziele

Die Tätigkeit des*der Trainer*in-C Breitensport umfasst die Anregung zur Betätigung im Karate als Freizeit-/Breitensport sowie die Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung des breitensportlichen Karate-Übungsbetriebes in den Vereinen des Deutschen Karate-Verbandes. Der*die Trainer*in-C Breitensport soll in der Lage sein, die Mitgliedergewinnung, -förderung und -bindung auf der Basis breitensportlich orientierter Übungs- und Trainingsangebote auf der unteren Ebene zu gewährleisten. Aufbauend auf den bei den Teilnehmenden bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt: Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz, Fachkompetenz, Methoden- und Vermittlungskompetenz.

Termine Ausbildung

Beginn: 22.08.2020, 09:00 Uhr (Wedau)

Ende: 23.08.2020, 14:30 Uhr

Beginn: 26.09.2020, 09:00 Uhr (Hachen)

Ende: 27.09.2020, 13:00 Uhr

Beginn: 24.10.2020, 09:00 Uhr (Hachen)

Ende: 25.10.2020, 13:00 Uhr

Beginn: 21.11.2020, 09:00 Uhr (Wedau)

Ende: 22.11.2020, 13:00 Uhr

4 Samstagstermine zur Heim-Lern-Phase (Blended Learning) werden mit der Einladung bekannt gegeben.

Orte

Sportschule Wedau,

Friedrich-Alfred-Str. 15, 47055 Duisburg

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Einchecken erst in der Mittagspause möglich!

Anmeldeschluss

06.07.2020

Leitung

Referententeam des KDNW

Teilnahme

Basismodul oder Trainerassistent*innen ab 16 Jahre, 3. Kyu.
Bitte eine gültige Erste Hilfe Bescheinigung mitbringen!
Anmeldung über einen DKV-Verein.

Gebühren

380,- € Eigenleistung für Übernachtung und Verpflegung

Ausbildung

Trainer*in-C Leistungssport

Ziele

Die Tätigkeit des*der Trainer*in-C-Leistungssport umfasst die Hinführung zur leistungs- und wettkampforientierten Trainingsformen in den Disziplinen Kata und Kumite, sowie die Organisation, Durchführung und Steuerung des wettkampforientierten Grundlagentrainings im Verein. Weitere Schwerpunkte sind die Talentsichtung, -förderung und -bindung auf der Vereinsebene. Inhalte: Kata im Grundlagen-Wettkampftraining, Kumite im Grundlagen-Wettkampftraining, Talentsichtung und -förderung, Wettkampfkarate mit Kindern und Jugendlichen, Wettkampffreglement des DKV, Coaching, Antidopingrichtlinien/DOSB-Ehrenkodex.

Termine

Beginn: 25.01.2020, 10:00 Uhr (Dortmund)

Ende: 25.01.2020, 18:00 Uhr

Beginn: 28.03.2020, 10:00 Uhr (Kempen)

Ende: 29.03.2020, 13:00 Uhr

Beginn: 13.06.2020, 10:00 Uhr (Wedau)

Ende: 14.06.2020, 14:30 Uhr

Beginn: 29.08.2020, 10:00 Uhr (Bergisch Gladbach)

Ende: 30.08.2020, 13:00 Uhr

Abschlussprüfung: 12.09.2020 (Wedau)

4 Samstagstermine zur Heim-Lern-Phase (Blended Learning) werden mit der Einladung bekannt gegeben.

Anmeldeschluss

10.01.2020

Leitung

Dennis Dreimann, KDNW-Landestrainer, Referententeam des KDNW

Teilnahme

Trainerassistenten*innen/Basismodul. Bitte Erste Hilfe Bescheinigung mitbringen! Anmeldung über DKV-Verein.

Orte

TSC Eintracht Dortmund,
Victor-Toyka-Str. 6, 44139 Dortmund

LLZ Kempen,
Verbindungsstrasse 7, 47199 Kempen

Sportschule Wedau,
Friedrich-Alfred-Str. 15, 47055 Duisburg

LLZ Bergisch Gladbach,
Britanniahütte 10, 51469 Bergisch Gladbach

Haus der Verbände,
Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg

Gebühren

150,- € Eigenleistung für Übernachtung Teil 3 und Verpflegung. Alle weiteren Übernachtungen im Dojo sind kostenfrei, Hotelbuchungen sind privat möglich, keine Verpflegung.

Fortbildungen zur Lizenzverlängerung

25.01.2020

Trainermeeting, Dortmund (Seite 30)

20.-22.03.2020

Fortbildung: Schnelligkeits- und Entspannungstraining für Jukuren (Seite 19)

29.07.-02.08.2020

Fortbildung: Retreat – Karate-Do und Meditation (Seite 20)

Alle Fortbildungen (Seite 19-20) und *Bewegt ÄLTER werden*-Lehrgänge/Workshops (Seite 48-56) werden zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Weitere anerkannte Fortbildungslehrgänge werden über die *Karate Aktuell* und über die Internetseite des KDNW bekannt gegeben.

Zur Verlängerung der Lizenzen ist die Teilnahme an 15 Lerneinheiten vorgeschrieben.

Weitere Informationen zur Lizenzverlängerung auf www.karate.nrw in der Rubrik „Ausbildung“ unter „Bereiche“.

Fortbildung: Schnelligkeits- und Entspannungstraining für Jukuren

Inhalt

Das Seminar richtet sich an erfahrene Karateka, die ihre Lebensmitte erreicht oder überschritten haben. Auch Karateka mit Bewegungseinschränkungen sind herzlich willkommen. In der Sportpraxis widmen wir uns den Methoden, die einen systematischen Zugang zum Schnelligkeitstraining für Ältere ermöglichen. Neben theoretischen Einheiten zum Thema betrachten wir die Zusammenhänge von Schnelligkeit und Entspannung. Zusätzliche Entspannungsübungen runden das Wochenende ab. Weitere Themen: Karate und Lebensalter, Schnelligkeit erleben, physikalische und anatomisch-physiologische Grundlagen zur Schnelligkeit, Entspannung und Atmung, Einführung und Übungen Sitzmeditation.

Termin

Beginn: 20.03.2020, 18:00 Uhr (Anreise ab 17:00 Uhr)

Ende: 22.03.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

06.02.2020

Leitung

Heribert Rojek, Shuzo Imai

Teilnahme

Basismodul, F-Übungsleiter*innen, Trainer*innen und Interessierte ab 6. Kyu

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

115,- € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Hinweise

Mitzubringen sind Karate-Gi, warme Sportbekleidung (Jogging-Anzug), eine dicke Decke oder Thermo-Unterlage, Meditations- oder Sitzkissen. Das Seminar wird zur Verlängerung der Übungsleiter*innen, Trainer*innen-C/B-Lizenz Breitensport anerkannt.

Fortbildung: Retreat* – Karate-Do und Meditation

Inhalt

In diesem Seminar wollen wir uns Zeit nehmen! Wir wollen der Frage nachgehen, wie wir Karate-Do als lebensbegleitende Sportart betreiben können und warum wir das tun sollten. Welche Aspekte im körperlichen und seelischen sowie im sozialen Miteinander werden durch unsere Betätigung im Karate-Do unterstützt? Wie verschieben sich unsere (Trainings-) Schwerpunkte im Verlauf unseres Karate-Lebens? Weitere Themen: Zur-Ruhe-kommen, Kata-Training, Meditation, Achtsamkeitsübungen, Entspannungsmethoden, Wellness. Gespräche über Karate-Do und Erfahrungen.

Termin

Liegt in den Sommer-Schulferien!

Beginn: 29.07.2020, 18:00 Uhr (Anreise ab 17:00 Uhr)

Ende: 02.08.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

15.06.2020

Leitung

Heribert Rojek, Ulrich Weiß-Wesner

Teilnahme

Basismodul, F-Übungsleiter*innen, Trainer*innen, Interessierte ab 6. Kyu

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

230,- € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Hinweise

Mitzubringen sind Karate-Gi, warme Sportbekleidung (Jogging-Anzug), eine dicke Decke oder Thermo-Unterlage, Meditations- oder Sitzkissen. Das Seminar wird zur Verlängerung der Übungsleiter*innen, Trainer*innen-C/B-Lizenz Breitensport anerkannt.

* Unter Retreat verstehen wir den zeitl. begrenzten Rückzug aus den Verpflichtungen des „Alltags“. Im Retreat werden wir umsorgt und können uns ganz auf uns und unsere Themen besinnen.

Jukurenlehrgänge

Teilnahme

ab 35 Jahre sowie Übungsleiter*innen, die Ältere und Späteinsteiger*innen trainieren – nicht stilrichtungsgebunden!

1. Lehrgang: Für Trainer/innen, die in den Dojos Ältere trainieren, Prüfungsvorbereitung, Jukuren no Kata, Bunkai.

Termin: 01.03.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Fritz Nöpel (02307/72388), Axel Koschorreck

Ort: Turnhalle Gymnasium, Hammer Str. 19, 59174 Kamen

2. Lehrgang: Karate-Do im Alter, Anforderungen – Herausforderungen, SV & die Folgen, Entspannungsformen.

Termin: 07.06.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Fritz Nöpel (02307/72388), Martin Nienhaus

Ort: Turnhalle Gymnasium, Hammer Str. 19, 59174 Kamen

3. Lehrgang: Senioren im Karate-Do. Anforderung, Vorbereitung. Ist der Shodan möglich?

Termin: 04.10.2020, 10:00-15:30 mit Pause

(Erfrischungen und Imbiss werden angeboten)

Leitung: Fritz Nöpel (02307/72388), Jürgen Beuerlein

Ort: Turnhalle Gymnasium, Hammer Str. 19, 59174 Kamen

4. Lehrgang: Kumite-Formen und Wegschule, Mondo und ihre Bedeutung

Termin: 08.11.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Fritz Nöpel (02307/72388), Martin Nienhaus

Ort: Turnhalle Gymnasium, Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Hinweis

Bei den Breitensportlehrgängen für Ältere fallen keine Kosten an und eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Jukurenlehrgänge sind stiloffen!

Dananwärter*innen- Lehrgänge

Teilnahme

Ab 1. Kyu, Bedeutung Dananwärter / Das Graduierungssystem - Kyugrade - Dangrade / Der Danträger / Die Grundlagen des DKV -Regelwerkes, Bewertungskriterien Kata und Kumite für Leistungssport und Breitensport

1. Termin

Samstag, 18.01.2020, 10:00-13:00 Uhr

Leitung: Uwe Portugall

Ort: Frenzelschule, Entenpoth 34, 44263 Dortmund

2. Termin

Samstag, 25.01.2020, 10:00-13:00 Uhr

Leitung: Ralf Vogt und Eva Mona Altmann

Ort: TSC Eintracht Dortmund e.V.,
Victor-Toyka-Str. 6, 44139 Dortmund

3. Termin

Samstag, 28.03.2020, 10:00-13:00 Uhr

Leitung: Frawi Tönnis Tel: 0170/2730326

Ort: Karate Dojo Kempen e.V.,
Verbindungsstr. 7, 47906 Kempen

4. Termin

Sonntag, 28.06.2020, 11:00-14:00 Uhr

Leitung: Uwe Portugall

Ort: BBZ Lenzinghausen, Turnerstr. 3-5, 32139 Spenge

5. Termin

Sonntag, 20.09.2020, 11:00-14:00 Uhr

Leitung: Ralf Vogt und Eva Mona Altmann

Ort: Gesamtschule Ostheim,
Hardtgenbuscher Kirchweg 100, 51107 Köln

Kosten

10,- €

Anmeldeschluss

2 Wochen vor dem jeweiligen Lehrgang an die Geschäftsstelle. Die Teilnehmerzahl begrenzt, wenn der Lehrgang ausgebucht ist, werden keine Anmeldungen mehr entgegengenommen.

Hinweis

Die Lehrgänge enden mit einer schriftlichen Überprüfung. Der Besuch eines Lehrganges reicht aus, es müssen nicht alle fünf Lehrgänge besucht werden, um die Bescheinigung zu erhalten. Eine Bescheinigung zur Vorlage bei der Danprüfung wird ausgehändigt. Mitzubringen sind Karate-Gi, Schreibzeug und DKV-Pass.

Bezirkskampfrichter*innen- Ausbildung

Ziele/Inhalte

Ausbildung und Prüfung zur*zum lizenzierten Bezirkskampfrichter*in. Erlernen der Theorie und Praxis des Regelwerkes.

Termin

18.01.2020, 10:00-14:00 Uhr
(bitte Karate-Gi mitbringen)

Anmeldschluss

4 Wochen vorher

Leitung

Uwe Portugall

Teilnahme

Alle Sportler*innen die mindestens 18 Jahre als sind, den 1. Kyu haben und selbst aktiv auf Turnieren gestartet sind (mindestens auf Bezirksebene)

Ort

Frenzelschule,
Entenpoth 34, 44263 Dortmund-Hörde

Kampfrichter*innen- Fortbildung

Termin

Beginn: Freitag, 27.11.2020, 18:00 Uhr bis

Ende: Sonntag, 29.11.2020, 13:00 Uhr

Leitung

Uwe Portugall

Teilnahme

Lizenzierte Kampfrichter*innen

Ort

Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60, 53773 Hennef

Anmeldeschluss

20.10.2019

Bemerkungen

Dieser Lehrgang ist für die Verlängerung der Landeskampfrichter*innen-Lizenz A und B notwendig und auch für die Bundeskampfrichter*innen vorgesehen. Es finden Landeskampfrichterprüfungen statt. Das Wochenendseminar wird zur Verlängerung der Übungsleiter*innen, Trainer*innen-C/B-Lizenz anerkannt.

Kosten

Keine. Einladung erfolgt über das Kampfrichterreferat.

Ferienfreizeit für Kids von 12 bis 17 Jahren

Inhalte

Mountain Bike, Schnorcheltour, Watertrekking,
Strandolympiade und natürlich Karatetraining

Termin

Beginn: 27.06.2020

Ende: 10.07.2020

Anmeldeschluss

15.05.2020

Leitung

Dennis Dreimann, n.n.

Teilnahme

Jugendliche (mit gültiger DKV-Jahresmarke)

Ort

Campingplatz "Nautic Almata",
Castello d'Empuries, Spanien

Gebühren

459,- € inkl. Vollpension

Hinweis

20 kg Gepäck pro Person (1x Reisetasche oder weicher Koffer), 1x Handgepäck max. 5 kg

Erlebnisfreizeit für Väter/Großväter mit Kindern/ Enkeln

Inhalte

Bogenschießen, Abenteuersport, Schwimmen u.a.

Termin

Beginn: 05.06.2020, 15:00 Uhr

Ende: 07.06.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

25.04.2020

Leitung

Michael Bolder

Teilnahme

Väter/Großväter mit Kindern/Enkeln

Ort

Feriendorf Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

Erwachsene 62,- €

Kinder 37,- €

Hinweis

Wettergerechte Kleidung sowie
Schwimmsachen bitte mitbringen!

Herbstserie SB & SV für Frauen und Mädchen

Inhalte

Prävention / Intervention: Gewalt gegen Frauen – nicht mit uns! Notwehrsituationen wahrnehmen und nach Möglichkeit vermeiden / Verhindern, Opfer zu werden / Handeln in Notwehrsituationen / Notwehrrecht.

Termine

Sonntag, 06.09.2020, 11:00-13:00 Uhr (Gelsenkirchen)

Sonntag, 04.10.2020, 11:00-13:00 Uhr (Essen)

Sonntag, 08.11.2020, 11:00-13:00 Uhr (Gelsenkirchen)

Leitung

Christiane Vogel, Frauenreferentin

Training: Bettina von Keitz, Daniela Boehnke

Teilnahme

Frauen und Mädchen des KDNW ab 16 Jahre

Orte

Ruhr-Dojo Essen, Hubertstr. 264, 45307 Essen

Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe, Mittellicher Str. 289,
45892 Gelsenkirchen (Eingang Giselaweg)

Gebühren

keine

Winterserie Kumite für Mädchen und Frauen

Inhalte

Verhaltensweisen und Strategien, die angstfreies Kämpfen mit Spaß ermöglichen.

Termine

Sonntag, 19.01.2020, 11:00-13:00 Uhr

Sonntag, 16.02.2020, 11:00-13:00 Uhr

Sonntag, 15.03.2020, 11:00-13:00 Uhr

Leitung

Christiane Vogel, Frauenreferentin

Training: Susanne Nitschmann, Kerstin Rosendahl

Teilnahme

Frauen und Mädchen (ab 12 Jahre) des KDNW ab 8. Kyu

Ort

Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe, Mittellicher Str. 289,
45892 Gelsenkirchen (Eingang Giselaweg)

Gebühren

keine

Landesfrauentag 2020

Teilnahme

Frauen und Mädchen des KDNW

Termin

Sonntag, 15.03.2020, 13:00 Uhr

(mit Kaffee und Kuchen im Anschluss an den Frauenlehrgang, der um 11:00 Uhr beginnt)

Ort

Weiterbildungskolleg Emscher-Lippe, Middelicher Str. 289,
45892 Gelsenkirchen (Eingang Giselaweg)

Leitung

Christiane Vogel

Kosten

keine

Zum Landesfrauentag 2020 lade ich hiermit alle Frauenvertreterinnen der Vereine im KDNW herzlich ein.

Tagesordnung

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Wahl Protokollführerin und Versammlungsleiterin
3. Genehmigung des Protokolls vom 17.03.2019
4. Bericht 2019
5. Entlastung der Landesfrauenreferentin
6. Aktivitäten in 2020
7. Anträge
8. Verschiedenes

Hinweis

Anträge zur Tagesordnung bis spätestens 28.02.2020 an
Christiane Vogel, c/o KDNW-Geschäftsstelle, Postfach 10
07 50, 47007 Duisburg

KDNW-Trainer*innen-Meeting

Für alle Dojoleiter*innen, Trainer*innen, Übungsleiter*innen, Danträger*innen sowie Leistungssportler*innen. Das Trainermeeting soll dazu dienen den Austausch untereinander zu fördern. Es steht nicht das Training im Vordergrund sondern die Wissensvermittlung.

Veranstalter

Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Ausrichter

TSC Eintracht Dortmund

Victor-Toyka-Str. 6, 44139 Dortmund

Termin

25.01.2020

Zeitplan

10:00-13:00 Uhr Sichtung und Kadertraining Kata/Kumite

10:00-13:00 Uhr Dan-Anwärter*innen-Lehrgang

13:00-17:30 Uhr Trainer*innen-Meeting

Der Inhalt wird in der Ausschreibung (Verteilung im Weihnachtsrundbrief) bekanntgegeben.

Leitung

Landestrainer*innen KDNW und Kampfrichterreferat

Der KDNW freut sich auf rege Teilnahme, einen fruchtbaren Erfahrungsaustausch mit denjenigen, die unseren Verband lebendig halten: den Trainern*innen!

Anmeldeschluss

20.01.2020

Die formlose Anmeldung kann per E-Mail an info@kdnw.de bzw. per Fax an 0203/997209 erfolgen.

KDNW-Tag

Die genaue Ausschreibung wird 2020 veröffentlicht!

Veranstalter

Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Termin

21.11.2020, 10:00 - 18:00 Uhr

Graduierung

ab 9. Kyu

Leitung

Referenten*innen-Team des KDNW

Ort

Duisburg

Prüfer*innenlehrgänge

Shotokan

Teilnahme

lizenzierte Prüfer*innen des KDNW

Inhalte

Prüfungsordnung in Theorie und Praxis

1. Lehrgang

Beginn: 18.01.2020, 10:00 Uhr

Ende: 18.01.2020, 18:00 Uhr

2. Lehrgang

Beginn: 31.10.2020, 10:00 Uhr

Ende: 31.10.2020, 18:00 Uhr

Anmeldeschluss

09.01.2020 (1. Lehrgang) / 23.10.2020 (2. Lehrgang)

Leitung

Wilfried Rebmann

Ort

Budokan Bochum e. V.

Halbachstr. 3 – 5, 44793 Bochum

Kosten

keine

Prüfer*innen-Neuausbildung Shotokan

Teilnahme

mindestens 1. Dan, ab 01.01. des Jahres nach der Dan-Prüfung, Vollendung des 18. Lebensjahres, Erwerb von drei Beisitzerbescheinigungen nach dem 1. Teil der Ausbildung.

Termine

Beginn: 07.11.2020, 10:00 Uhr

Ende: 07.11.2020, 18:00 Uhr

Beginn: 22.11.2020, 10:00 Uhr

Ende: 22.11.2020, 18:00 Uhr

mit abschließender Prüfung

Leitung

Wilfried Rebmann

Anmeldeschluss

28.10.2020

Ort

Budokan Bochum e. V.

Halbachstr. 3 – 5 ,44793 Bochum

Hinweis

Bitte zum Teil 1 der Neuausbildung 20,-€ für den Prüfungstempel mitbringen.

Stilrichtungslehrgänge

Shotokan

Teilnahme

Shotokan-Karateka ab 1. Kyu

Für das Jahr 2020 möchte die Stilrichtung Shotokan die neue Lehrgangsreihe weiterführen und erweitern, um die traditionellen Werte der Stilrichtung zu fördern.

1. Lehrgang: Dreierkontakt und Bunkai

Termin: 18.01.2020, 14:00-16:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Karla-Raveh Gesamtschule,
Vogelsang 31, 32567 Lemgo

Leitung: Andre Dawson

2. Lehrgang: Kata Bassai Sho

Termin: 02.02.2020, 11:00-13:00 Uhr

Ort: Clara-Schumann-Gymnasium,
Bonnertalweg/Ecke Lohestraße 14, 53129 Bonn

Leitung: Georg Karras

3. Lehrgang: Prüfungsvorbereitung 1.-5. Dan

Termin: 15.02.2020, 14:00-16:00 Uhr

Ort: Middelicher Str. 289, Einfahrt Giselaweg,
45892 Gelsenkirchen-Buer

Leitung: Rainer Katteluhn

4. Lehrgang: Kata Gojushiho Sho

Termin: 29.02.2020, 11:00-13:00 Uhr

Ort: Dojo Paderborn, Ottilienquelle 2, 33102 Paderborn

Leitung: Swetlana Wall

5. Lehrgang: Prüfungsvorbereitung 1.-5. Dan

Termin: 15.08.2020, 11:00-13:00 Uhr

Ort: Budokan Bochum, Halbachstr. 3-5, 44793 Bochum

Leitung: Bernd Milner

6. Lehrgang: Kata Jiin

Termin: 31.10.2020, 14:00-16:00 Uhr

Ort: Middelicher Str. 289, Einfahrt Giselaweg,
45892 Gelsenkirchen-Buer

Leitung: Rainer Katteluhn

7. Lehrgang: Kata Sochin mit Bunkai

Termin: 14.11.2020, 11:00-13:00 Uhr

Ort: Budokan Bochum, Halbachstr. 3-5, 44793 Bochum

Leitung: Tim Milner

8. Lehrgang: Kata Chinte

Termin: 22.11.2020, 11:00-13:00 Uhr

Ort: Clara-Schumann-Gymnasium,
Bonnertalweg/Ecke Lohestraße 14, 53129 Bonn

Leitung: Georg Karras

9. Lehrgang: Kata Gankaku

Termin: 12.12.2020, 14:00-16:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Karla-Raveh Gesamtschule,
Vogelsang 31, 32567 Lemgo

Leitung: Stefan Krause

Die Teilnahme ist für KDNW-Mitglieder kostenfrei.

Prüfer*innenlehrgänge

Goju-Ryu

Teilnahme

Goju-Ryu Prüferlehrgang für Lizenzinhaber*innen und Anwärter*innen, Pflichtlehrgang. Achtung: Ab 2019 werden private Lehrgänge nicht mehr zur Lizenzverlängerung anerkannt! Neuanwärter*innen nehmen bitte an dem 3. Lehrgang teil. Übungsleiter, die Karateka auf Kyu-Prüfungen vorbereiten, sind ebenfalls herzlich willkommen.

Inhalt

Theorie: Verfahrensordnung, Beurteilungskriterien, Erfahrungsaustausch, Prüfungsvorbereitung und -durchführung, Spezifika des Goju-Ryu; Praxis: Grundschule, Kata, Partnerformen, Bunkai

1. Lehrgang

Termin: 29.03.2020, 10:00-14:00 Uhr

Leitung: Frank Beeking

Ort: Sportpark TV Jahn-Rheine 1885 e.V.,

Germanenallee 4 (Navi: Kruppstraße), 48429 Rheine

2. Lehrgang

Termin: 12.09.2020, 10:00-14:00 Uhr

Leitung: Simo Tolo

Ort: Sporthalle TG Neuss,

Schorlemerstr. 133, 41464 Neuss

3. Lehrgang

Termin: 30.10.2020, 10:00-14:00 Uhr

Leitung: Ulrich Heckhuis, Holger Keßling

Ort: Sporthalle,

Max-Greve-Str. 7, 4479 Bochum

Hinweis

Anmeldung per E-Mail an: info@kdnw.de

Karate Gi und Schreibzeug bitte mitbringen

Breitensportlehrgänge

Goju-Ryu

1. Lehrgang:

Grundlagen der Kampfkunst, Okinawa/China

Termin: 22.03.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Alfred Lehmann

Ort: Turnhalle Gymnasium, Hammer Str. 19, 59174 Kamen

2. Lehrgang:

Jukuren/Breitensport-Lehrgang, besonders auch für Mädchen und Frauen geeignet.

Termin: 29.11.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

(Imbiss und Getränke werden angeboten)

Leitung: Manuela Schäfer und Tobias Zöllner

Ort: Turnhalle Gymnasium,
Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Hinweis

Bei den Breitensportlehrgängen fallen keine Kosten an und eine Anmeldung ist nicht nötig.

Stilrichtungslehrgänge

Goju-Ryu

1. Lehrgang:

Winter-Training, Kagami Biraki, Konditions-Aufbau

Termin: 12.01.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Christian Winkler oder n.n.

Ort: Turnhalle am Gymnasium,

Hammer Str. 19, 59174 Kamen

2. Lehrgang:

Vorbereitung auf Danprüfungen (Teilnahme ab 3. Kyu)

Termin: 18.01.2020, 13:00-17:00 Uhr

Leitung: Ulrich Heckhuis

Ort: Josefschule St.Arnold, Sepp-Herberger-Straße 11,

48485 Neuenkirchen

3. Lehrgang:

Karate-Do Kata-Lehrgang: Kata und Kata-Bunkai

Termin: 16.02.2020, 10:00-15:30 mit Pause

Leitung: Tobias Zöllner, Alfred Lehmann

Ort: Turnhalle am Gymnasium,

Hammer Str. 19, 59174 Kamen

4. Lehrgang:

Spezifika der Stilrichtung Goju-Ryu in Partnerformen und Selbstverteidigung, Kumite-Ura und Nage

Termin: 23.02.2020, 10:00-14:30 Uhr

Leitung: Frank Beeking

Ort: Sportpark des TV Jahn-Rheine 1885 e.V.,

Germanenallee 4 (Navi: Kruppstraße), 48429 Rheine

5. Lehrgang:

Von der Formschule zur Wirkungsschule:

Partnerübungen/SV (Teilnahme ab 3. Kyu)

Termin: 28.03.2020, 13:00-17:00 Uhr

Leitung: Ulrich Heckhuis

Ort: Josefschule St.Arnold, Sepp-Herberger-Straße 11,

48485 Neuenkirchen

6. Lehrgang:

Spezifika der Stilrichtung Goju-Ryu – Go und Ju in der Kata am Beispiel von Seenchin und Sepai

Termin: 26.04.2020, 10:00-14:30 Uhr mit Pause

Leitung: Frank Beeking

Ort: Sportpark des TV Jahn-Rheine 1885 e.V., Germanenallee 4 (Navi: Kruppstraße), 48429 Rheine

7. Lehrgang:

Kata Seenchin, Bunkai Shisochin, Kata-Bunkai

Termin: 28.06.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Christian Winkler, Alfred Lehmann

Ort: Turnhalle am Gymnasium,
Hammer Str. 19, 59174 Kamen

8. Lehrgang:

Kata Sepai: Impulsgebung, Spannungsverhältnis, Bunkai (Teilnahme ab 3. Kyu)

Termin: 10.10.2020, 13:00-17:00 Uhr

Leitung: Ulrich Heckhuis

Ort: Josefschule St.Arnold, Sepp-Herberger-Straße 11,
48485 Neuenkirchen

Dansha-Lehrgänge

Goju-Ryu

1. Lehrgang:

Stilunterschiede China-Okinawa-Japan-Deutschland

Termin: 26.01.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Fritz Nöpel

Ort: Turnhalle am Gymnasium,

Hammer Str. 19, 59174 Kamen

2. Lehrgang: Bedeutung der Kata Bunkai, SV-Techniken

Termin: 19.04.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Alfred Lehmann

Ort: Kamen, siehe 1. Lehrgang

3. Lehrgang: SV und Kata-Bunkai

Termin: 14.06.2020, 10:00-15:30 Uhr mit Pause

Leitung: Felix Lehmann

Ort: Kamen, siehe 1. Lehrgang

4. Lehrgang: Bedeutung Dangrade, Anforderungen an Danträger, Aufgaben des Trainers

Termin: 20.09.2020, 10:00-14:30 Uhr

Leitung: Frank Beeking

Ort: Sportpark des TV Jahn-Rheine 1885 e.V.,

Germanenallee 4 (Navi: Kruppstr.), 48429 Rheine

5. Lehrgang: Wegschule, die Bedeutung der Kata-Bunkai

Termin: 25.10.2020, 10:00-15:30 Uhr

Leitung: Felix Lehmann und n.n.

Ort: Kamen, siehe 1. Lehrgang

6. Lehrgang: Kata und Bunkai in der Dan-Prüfung

Termin: 08.11.2020, 10:00-14:30 Uhr

Leitung: Frank Beeking

Ort: Rheine, siehe 4. Lehrgang

Teilnahme

Goju-Ryu Karateka, Dojoleiter*innen, Übungsleiter*innen, Danträger*innen, Funktions- und Leistungsträger*innen

Stilrichtungslehrgänge

Shito-Ryu

Teilnahme

Karateka aller Stilrichtungen

Für das Jahr 2020 möchte die Stilrichtung Shito-Ryu zwei Stilrichtungslehrgänge anbieten. Teilnehmer aller Stilrichtungen sind herzlich eingeladen. Wer sich vorab informieren möchte: info@kampfssport-hamm.de

1. Lehrgang: Kumite

Termin: 02.02.2020, 11:30-15:30 Uhr (mit Pause)

Ort: Sporthalle der Stephanusschule,

Herrenstrasse 12, 59073 Hamm

Leitung: Michael Stenke

2. Lehrgang: Stil-Kata und Anwendungen

Termin: 07.06.2020, 11:30-15:30 Uhr (mit Pause)

Ort: Sporthalle der Stephanusschule,

Herrenstrasse 12, 59073 Hamm

Leitung: Michael Stenke

Hinweis

Der Parkplatz und Eingang zur Sporthalle befinden sich gegenüber der Herrenstraße 12.

Prüfer*innenlehrgang Wado-Ryu

Teilnahme

Wado-Ryu Prüfer*innen und Anwarter*innen aus NRW

Thema: Kontrolle und Bewertung von Kihon, Kata und Kihon-Kumite

1. Termin: 18.04.2020, 10:00-14:00 Uhr

2. Termin: 12.09.2020, 10:00-14:00 Uhr

Anmeldeschluss: 4 Wochen vor Lehrgangsbeginn

Leitung: Shuzo Imai (Prüferreferent Wado-Ryu),
40667 Meerbusch, Kantstr. 35, Tel: 02132/769797

Ort: Turnhalle Brehmschule, Karl-Müller-Straße,
40237 Düsseldorf

Hinweise

Mitzubringen sind Gi und Schreibmaterial. Der Lehrgang wird für Wado-Ryu-Prüfer*innen zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Stilrichtungslehrgang Wado-Ryu

Teilnahme

Dojo-Leiter*innen, Übungsleiter*innen, Danträger*innen

Lehrgang: Kata und Bunkai

Termin: 09.05.2020, 10:00-14:00 Uhr

Leitung: Peter Meuren, Derendorfer Str. 45, 40479 Düsseldorf, Tel. 0211/44 29 69

Ort: Turnhalle Brehmschule, Karl-Müller-Straße,
40237 Düsseldorf

Hinweis

Da sich aus beruflichen Gründen bei Peter Meuren kurzfristige Änderungen ergeben können, bitte telefonisch nachfragen, ob der Lehrgang stattfindet.

Stilrichtungslehrgang Kempo

Teilnahme

Karateka aller Stilrichtungen. Für das Jahr 2020 möchte die Stilrichtung Kempo einen Stilrichtungslehrgang anbieten. Teilnehmer aller Stilrichtungen sind herzlich eingeladen, sich ein Bild vom Kempo zu machen.

Lehrgang: Trainingsprinzipien des Shaolin Kempo

Shaolin Kempo folgt gewissen Trainingsprinzipien. Diese Trainingsprinzipien bieten nützliche Werkzeuge zur Gestaltung eines effektiven Kempo Trainings und zum Aufbau eines Trainingskonzeptes. Welche Prinzipien und Werkzeuge das sind, wird im Lehrgang in Theorie und Praxis vorgestellt und geübt.

Termin: 11.04.2020, 10:00-14:00 Uhr

Leitung: Andreas Graßl

Ort: Gesamtschule-Ost Dörentrup in Humfeld,

Auf dem Kamp 14, 32694 Dörentrup (an der Kreuzung zu An der Schule)

Stilrichtungslehrgänge

Koshinkan

Teilnahme

Koshinkan-Karateka,
offen für alle Interessierten anderer Stile

1. Lehrgang: Praxisorientierte Inhalte des Karate, Prüfungsaspekte in Vorbereitung und Prüfung

Termin: 28.03.2020, 10:00-15:30 Uhr

Ort: BSC Oberhausen,

Am Kaisergarten 28, 46049 Oberhausen

Leitung: Rudolf Witte, Haydar Aksünger, Peter Falk, Hans Wecks

2. Lehrgang: Praxisorientierte Inhalte des Karate, Differenzierung zwischen Leistungs- und Breitensport in Training und Prüfung

Termin: 24.10.2020, 11:00-16:00 Uhr

Ort: BSC Oberhausen,

Am Kaisergarten 28, 46049 Oberhausen

Leitung: Rudolf Witte, Haydar Aksünger, Peter Falk, Hans Wecks

Detailinfos und Ausschreibung auf www.koshinkan.de unter Aktivitäten.

Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!

Klausur: Generationenübergreifendes Karate-Training

Inhalt

Warum und wie funktioniert eine Karate-Übungseinheit, die von jungen bis hin zu älteren Erwachsenen gemeinsam besucht wird? Warum können Anfänger und Fortgeschrittene Nutzen aus einer gemeinsamen Einheit ziehen? In dieser Wochenendklausur sollen die Merkmale (sportmotorische, emotional-affektive, soziale, kognitive) eines generationenübergreifenden Trainingskonzeptes betrachtet werden. Dabei soll insbesondere die Perspektive der „älteren“ Karateka in den Blick genommen werden. Weitere Themen: Allgemeines zum Programm *Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!*; körperliche Leistungsfähigkeit im Lebensverlauf, mit einem Handicap umgehen; die Motivation füttern, die Vielfalt im Karate nutzen, neue Perspektiven gewinnen; moderates Karate-Training; Erfahrungsaustausch; Impulsvorträge.

Termin

Beginn: 04.09.2020, 18:00 Uhr

Ende: 06.09.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

27.07.2020

Leitung

Elisabeth Bork, Heribert Rojek

Teilnahme

Interessierte Karateka, die ihre Lebensmitte überschritten haben

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

95,- € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Hinweise

Mitzubringen sind Karate-Gi, warme Sportbekleidung (Jogging-Anzug), eine dicke Decke oder Thermo-Unterlage und wenn vorhanden Meditations- oder Sitzkissen! Die Ergebnisse dienen als Input zur konzeptionellen Weiterführung der Maßnahmen des Programms. Das Seminar wird zur Lizenzverlängerung (Breitensport C/B) anerkannt.

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!

Klausur: Karate-Do als Lebensphilosophie

Inhalt

In dieser Klausur gehen wir u.a. folgenden Fragen nach: Kann ein Sport philosophisch sein? Welche Aspekte des Karate-Do wirken auf welche Art und Weise auf mein psychophysisches Dasein? Die Klausur wendet sich an interessierte Karateka (auch mit Bewegungseinschränkungen), die an diesen Themen arbeiten wollen. Weitere Themen: Allgemeines zum Programm *Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!*; Was ist Philosophie und was ist an Karate philosophisch?; Welche Aspekte des Karate unterstützen mich in meinem Lebensalltag?; Zwei Seiten einer Medaille: Körperliche und geistige Fitness; Atmung, Sammlung und Entspannung im Karate. Wie sollte ein Karate-Training aufgebaut sein, um die vorgenannten Aspekte zum Blühen zu bringen?

Termin

Beginn: 30.10.2020, 18:00 Uhr

Ende: 01.11.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

16.09.2020

Leitung

Heribert Rojek, Armin Gudat

Teilnahme

Interessierte Karateka, die ihre Lebensmitte überschritten haben

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

95,- € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Hinweise

Mitzubringen sind Karate-Gi, warme Sportbekleidung (Jogging-Anzug), eine dicke Decke oder Thermo-Unterlage und wenn vorhanden Meditations- oder Sitzkissen! Die Ergebnisse dienen als Input zur konzeptionellen Weiterführung der Maßnahmen des Programms. Das Seminar wird zur Lizenzverlängerung (Breitensport C/B) anerkannt.

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!

Klausur: Karate-Do und Meditation

Inhalt

Worin besteht die Verbindung zwischen Karate-Do und Meditation? Welchen Nutzen können wir aus der Meditation und aus dem Karate als meditativer Praxis für unseren Alltag ziehen? Wie lassen sich meditative Aspekte in das je eigene Karatetraining integrieren? In dieser Wochenendklausur wollen wir uns intensiv mit dem o.g. Thema beschäftigen und nach Möglichkeiten für den (Karate-) Alltagstransfer suchen. Weitere Themen: Allgemeines zum Programm *Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!*; Was ist Meditation?; Aspekte der Meditation/Karate-Praxis; Karate-Fitness-Entspannung-Wohlbefinden; Karate-Do und die Brücke zur Meditation.

Termin

Beginn: 27.11.2020, 18:00 Uhr

Ende: 29.11.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

16.10.2020

Leitung

Markus Orzechowski, Heribert Rojek

Teilnahme

Die Klausur richtet sich an erfahrene Karateka die Ihre Lebensmitte erreicht oder überschritten haben. Erfahrungen in Meditation sind von Vorteil, aber keine Voraussetzung.

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

95,- € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Hinweise

Mitzubringen sind Karate-Gi, warme Sportbekleidung (Jogging-Anzug), eine dicke Decke oder Thermo-Unterlage und wenn vorhanden Meditations- oder Sitzkissen! Die Ergebnisse dienen als Input zur konzeptionellen Weiterführung der Maßnahmen des Programms. Das Seminar wird zur Lizenzverlängerung (C/B Breitensport) anerkannt.

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!

Klausur:

Innere und äußere Kämpfe

Inhalt

In dieser Wochenendklausur wollen wir uns intensiv mit dem o.g. Thema beschäftigen und nach Möglichkeiten für den (Karate-) Alltagstransfer suchen. Die Klausur richtet sich an erfahrene Karateka (auch mit Bewegungseinschränkungen), die ihre Lebensmitte erreicht oder überschritten haben. Für die Sportpraxis suchen wir Methoden, die einen systematischen und angstfreien Zugang zum Randori für Ältere ermöglichen. Des Weiteren suchen wir Parallelen zwischen unserem Kampfverhalten und unseren Alltagskonflikten. Dabei verstehen wir unter Alltagskonflikte auch unsere inneren Kämpfe und Zweifel. Weitere Themen: Allgemeines zum Programm *Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!*; Eigenverantwortung im Spannungsdreieck von wollen-sollen-können; das Riemann-Thomann-Modell und seine Bedeutung für das Randori; niedrigschwellige Vermittlungswege; Umsetzungsstrategien für das Vereinstraining.

Termin

Beginn: 07.02.2020, 18:00 Uhr

Ende: 09.02.2020, 13:00 Uhr

Anmeldeschluss

20.12.2019

Leitung

Thomas Behnke, Heribert Rojek

Teilnahme

Verantwortliche aus den KDNW-Vereinen, Karate-Trainer*innen (mit und ohne Lizenz), interessierte Karateka

Ort

Sportschule Hachen, Am Holthahn 1, 59846 Sundern

Gebühren

95,- € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Hinweise

Mitzubringen sind Karate-Gi, warme Sportbekleidung (Jogging-Anzug), eine dicke Decke oder Thermo-Unterlage und wenn vorhanden Meditations- oder Sitzkissen! Die Ergebnisse dienen als Input zur konzeptionellen Weiterführung der Maßnahmen des Programms. Das Seminar wird zur Lizenzverlängerung (C/B Breitensport) anerkannt.

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



Bewegt ÄLTER werden in NRW...mit Karate!

Workshop-Liste 2020

Im Rahmen des Programms *Bewegt ÄLTER werden in NRW... mit Karate!* werden in 2020 wieder verschiedene Workshops für Interessierte aus den KDNW-Vereinen angeboten:

Im Rahmen des KDNW-Tages (Seite 33) und der Fortbildung Retreat Karate-Do und Meditation (Seite 20): Karate als Perspektive für Erwachsene in der dritten Lebensphase, sportliche Ausrichtung des Karate-Trainings (für ältere Neu- und Wiedereinsteiger*innen).

Im Rahmen der Fortbildung Schnelligkeits- und Entspannungstraining für Jukuren (Seite 19): Karate trotz Bewegungseinschränkung.

Die Workshop-Angebote finden im Rahmen anderer KDNW-Veranstaltungen statt, können aber unabhängig davon besucht werden. Eine unverbindliche Voranmeldung bei der Geschäftsstelle ist für eine Platzreservierung notwendig.

Anmeldeschluss

Jeweils 14 Tage vorher

Leitung

Heribert Rojek

Teilnahme

Interessierte Karateka

Termine und Ort

Siehe Ausschreibungen

Kosten

Keine

Hinweis

Die Workshop-Ergebnisse dienen als Input zur konzeptionellen Weiterführung der Maßnahmen. Die Workshops werden jeweils im Umfang von zwei Stunden zur Lizenzverlängerung (C/B Breitensport) anerkannt.

Terminübersicht 2020

Januar

- bis 06. Schulferien NRW
- 10.-12. WKF Series A Santiago (Chile)
- 12. Stilrichtungs-LG Goju Kamen
- 18. Dan-Anwärter*innen-Lehrg. Dortmund
- 18. Bezirkskampfrichter*innen-Ausb. Dortmund
- 18. Prüfer*innen Lehrg. Shotokan Bochum
- 18. Stilrichtungs-LG Shotokan Lemgo
- 18. Stilrichtungs-LG Goju Neuenkirchen
- 18.-19. Basismodul Duisburg
- 19. Winterserie Gelsenkirchen
- 24.-26. WKF Premier League Paris (Frankreich)
- 25. KDNW-Trainer*innen-Meeting Dortmund
- 25. Trainer*in-C Leistungssport Dortmund
- 25. Dan-Anwärter*innen-Lehrg. Dortmund
- 26. Dansha-LG. Goju Kamen

Februar

- 02. Stilrichtungslehrg. Shotokan Bonn
- 02. Stilrichtungslehrg. Shito Hamm
- 07.-09. EM Jugend/Junioren/u21 Budapest (Ungarn)
- 07.-09. Innere und äußere Kämpfe Hachen
- 08. LM Jugend/Junioren/u21/Senioren/Masters BGL
- 08.-09. Basismodul Hachen
- 14.-16. WKF Premier League Dubai (VAE)
- 15. Stilrichtungs-LG Shotokan Gelsenkirchen
- 16. Winterserie Gelsenkirchen
- 16. Stilrichtungs-LG Goju Kamen
- 23. Stilrichtungs-LG Goju Rheine
- ab 28. WKF Premier League Salzburg (Österreich)
- 29. Stilrichtungs-LG Shotokan Paderborn

März

- bis 01. WKF Premier League Salzburg (Österreich)
- 01. Jukurenlehrgang Kamen
- 07.-08. DM Leistungsklasse/Para-Karate Hamburg
- 13.-15. WKF Premier League Rabat (Marokko)
- 15. Winterserie Gelsenkirchen
- 15. Landesfrauentag Gelsenkirchen
- 20.-22. FoBi: Schnelligkeit/Entspannung Jukuren Hachen
- 21. BZM Düsseldorf/Köln Köln
- 22. Breitensport-LG Goju Kamen
- 25.-29. EM Senioren Baku (Azerbaidshan)
- 28. Dan-Anwärter*innen-Lehrg. Kempen
- 28. Stilrichtungs-LG Goju Neuenkirchen
- 28. Stilr./Prüfer*innen-LG Koshinkan Oberhausen
- 28.-29. Trainer*in-C Leistungssport Kempen
- 29. Prüfer*innen-LG Goju Rheine

April

- 06.-18. Schulferien NRW
- 11. Stilrichtungs-LG Kempo Dörentrup
- 17.-19. WKF Premier League Madrid (Spanien)
- 18. 2. NRW Kids Cup Oberhausen
- 18. Prüfer*innen-LG Wado Düsseldorf
- 19. Dansha-LG Goju Kamen
- 26. Stilrichtungs-LG Goju Rheine

Mai

- 01.-03. WKF Youth League Limassol (Zypern)
- 08.-10. Olympia-Qualifikationsturnier Paris (Frankreich)
- 09. Stilrichtungs-LG Wado Düsseldorf

Juni

- 02. Schulferien NRW
- 05.-07. Erlebnisfreizeit Väter und Kinder Hachen
- 06.-07. DM Jugend/Junioren/u21 Erfurt
- 07. Jukuren-LG Kamen
- 07. Stilrichtungs-LG Shito Hamm
- 13.-14. Trainer*in-C Leistungssport Duisburg
- 14. Dansha-LG Goju Kamen
- 19.-21. WKF Series A Istanbul (Türkei)
- ab 27. Ferienfreizeit Kids in Spanien (bis 10.07.)
- 28. Dan-Anwärter*innen-LG Spenge
- 28. Stilrichtungs-LG Goju Kamen
- ab 29. Schulferien NRW (bis 11.08.)

Juli

- 03.-05. WKF Youth League Porec (Kroatien)
- bis 10. Ferienfreizeit Kids in Spanien (ab 27.06.)
- ab 29. FoBi: Karate & Meditation Hachen (bis 02.08.)
- ab 30. Trainerassistent*in Hinsbeck (bis 02.08.)

August

- bis 02. FoBi: Karate & Meditation Hachen (ab 29.07.)
- bis 02. Trainerassistent*in Hinsbeck (ab 30.07.)
- 06.-08. Karate bei Olympia Tokyo (Japan)
- bis 11. Schulferien NRW (ab 29.07.)
- 15. Stilrichtungs-LG Shotokan Bochum
- 22.-23. Trainer*in-C Breitensport Duisburg
- 29.-30. Trainer*in-C Leistungssport Bergisch Gladbach

September

- 04.-06. Generationenübergreifendes Training Hachen
- 05. LM Kinder/Schüler Kempen
- 06. Herbstserie Gelsenkirchen
- 11.-13. WKF Series A Durban (Südafrika)
- 12. Prüfer*innen-LG Goju Neuss
- 12. Prüfer*innen-LG Wado Düsseldorf
- 20. Dan-Anwärter*innen-LG Köln
- 20. Dansha-LG Goju Rheine
- 25.-27. WKF Youth League Monterrey (Mexiko)
- 26. DM Schüler*innen Berlin
- 26.-27. Trainer*in-C Breitensport Hachen

Oktober

- 04. Herbstserie Essen
- 04. Jukuren-LG Kamen
- 09.-11. WKF Premier League Moskau (Russland)
- 10. Stilrichtungs-LG Goju Neuenkirchen
- 12.-24. Schulferien NRW
- 24. Stilr./Prüfer*innen-LG Koshinkan Oberhausen
- 24.-25. Trainer*in-C Breitensport Hachen
- 25. Dansha-LG Goju Kamen
- 30. Prüfer*innen-LG Goju Bochum
- 30. Prüfer*innen-LG Shotokan Bochum
- ab 30. Karate als Lebensphilosophie Hachen (bis 01.11.)
- 31. Stilrichtungs-LG Shotokan Gelsenkirchen

November

- bis 01. Karate als Lebensphilosophie Hachen (ab 30.10.)
- 05.-08. FISU Studierenden-WM Brasilia (Brasilien)
- 07. Prüfer*innen-Neuausbildung Shotokan Bochum
- 08. Herbstserie Gelsenkirchen
- 08. Jukuren-LG Kamen
- 08. Dansha-LG Goju Rheine
- 14. Stilrichtungs-LG Shotokan Bochum
- 17.-22. WM Senioren Dubai (VAE)
- 21. 5. KDNW-Tag Duisburg
- 21.-22. Trainer*in-C Breitensport Duisburg
- 22. Stilrichtungs-LG Shotokan Bonn
- 22. Prüfer*innen-Neuausbildung Shotokan Bochum
- 27.-29. Karate-Do und Meditation Hachen
- 27.-29. Kampfrichter*innen-FoBi Hennef
- 29. Jukurenlehrgang Kamen

Dezember

- 04.-06. WKF Youth League Venedig (Italien)
- 12. Stilrichtungslehrgang Shotokan Lemgo
- ab 23. Schulferien NRW (bis 06.01.2021)

Notizen

Notizen

Impressum

Herausgeber

Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V. (KDNW)

Postfach 100750, 47007 Duisburg

Tel. 0203/99 72 10, Fax 0203/99 72 09

Redaktion

KDNW-Geschäftsstelle

Satz und Layout

Eva Mona Altmann

Auflage

2.500 Stück

Euer Team im KDNW

Rainer Katteluhn, Präsident (r.katteluhn@kdnw.de)

Stefan Krause, Vizepräsident (s.krause@kdnw.de)

Horst Nehm, Geschäftsführer (h.nehm@kdnw.de)

Dr. Fritz-Peter Schlüter, Schatzmeister (fp.schlueter@kdnw.de)

Michael Bolder, Ausbildung + Breitensport (m.bolder@kdnw.de)

Ludger Niemann, Sportdirektor (l.niemann@kdnw.de)

Detlef Tolksdorf, Leistungssport (d.tolksdorf@kdnw.de)

Uwe Portugall, Kampfrichter (u.portugall@kdnw.de)

Dennis Dreimann, Jugend (d.dreimann@kdnw.de)

Christiane Vogel, Frauen (c.vogel@kdnw.de)

Alexandra Höner, Schulsport (a.hoener@kdnw.de)

Eva Mona Altmann, Presse (e.m.altmann@kdnw.de)

S. Voigtländer, Öffentlichkeitarbeit (s.voigtlaender@kdnw.de)

Bernhard Milner, Stilrichtung Shotokan (b.milner@kdnw.de)

Wilfried Rebmann, Prüferreferent Shotokan (w.rebmann@kdnw.de)

Ulrich Heckhuis, Stilrichtung Goju-Ryu (u.heckhuis@kdnw.de)

Holger Keßling, Prüferreferent Goju-Ryu (h.kessling@kdnw.de)

Peter Meuren, Stilrichtung Wado-Ryu (p.meuren@kdnw.de)

Ludwig Binder, Koordinator SOK (l.binder@kdnw.de)

Michael Stenke, Stilrichtung Shito-Ryu (m.stenke@kdnw.de)

Kerstin Rosendahl, Vertr. weibl. Jugend (k.rosendahl@kdnw.de)

Michael Bolder, Vertr. männl. Jugend (m.bolder@kdnw.de)

Heribert Rojek, Projekt Bewegt Älter werden (h.rojek@kdnw.de)

Das Team der Geschäftsstelle

Susanne Nitschmann (s.nitschmann@kdnw.de)

Uschi Huwald, Petra Haake (info@kdnw.de) **Stand: 11/2019**

