KDNW-Tag 3G

Samstag, 20. November 2021

Sportschule Duisburg-Wedau

Karate-Dachverband NRW www.karate.nrw 0203/997210 info@kdnw.de

KDNW-Tag 3G am Samstag, den 20. November 2021 in der Sportschule, Friedrich-Alfred-Allee 15, 47055 Duisburg-Wedau

Die **Teilnahmegebühr** beträgt 20 € regulär und 15 € für Kinder (bis 14 Jahre). Bei Sammelanmeldung von 10 TN aus dem gleichen Verein gibt es eine Freikarte. Achtung: Eine verbindliche **Anmeldung** über *www.karate.nrw* ist erforderlich bis spätestens zum 17.11.2021 (24 Uhr). Begrenzte Teilnehmerzahl. Keine Tageskasse und keine Cafeteria. Teilnahme nur mit **3G** (geimpft/genesen/getestet), Coronaschutzmaßnahmen vor Ort beachten! Bei Teilnahme an 1 Theorie- und 3 Praxiseinheiten werden 5 LE zur **Lizenzverlängerung** anerkannt.

	Judohalle (Praxis)	Halle 6 (Praxis)	Gymnastikraum (Praxis)	Großer Seminarraum (Theorie)
10.00-11.00 Uhr	**Kumite für Kids** *Alexander Heimann*		**Dan-Prüfung SOK** *Anmeldung über den DKV*	
11.15-12.15 Uhr	**Karate 50+** *Armin Gudat*	**Spiele mit und für Kids** *Michael Bolder*		
12.30-13.30 Uhr	**Selbstverteidigung** *Ludwig Binder*	**Kata für Kids** *Frawi Tönnis*	**Schnelligkeitstheorie** *Shuzo Imai*	**Als Ältere:r im Karate** *Heribert Rojek*
14.15-15.15 Uhr	**Traditionelles Kihon** *Georg Karras*		**Tanto-Tori: Abwehr von Messerangriffen** *Shuzo Imai*	**Als Ältere:r im Karate** *Heribert Rojek*
15.30-16.30 Uhr	**Kumite** *Detlef Tolksdorf*			