

23. Kata-Bunkai- & Selbstverteidigungs - Lehrgang

Dr. Sigi Wolf 9. DAN - Ludwig Binder 7. DAN
Harald Zschammer 5. DAN
Jürgen Köllges 3. DAN - Beate Schwesig 2. DAN

Bitte Anmeldung vorab per Mail an
harald.zschammer@karate-club-bonn
.de
Sep. Trainingseinheiten für Kinder

Oberstufe Kata - Bassai Dai
Unterstufe Kata - Meikyo

Samstag 25. Juni 2022

Training	Kinder 9.-1. Kyu	Erwachsene 9.-6. Kyu	Erwachsene 5. Kyu-DAN
11.00-12.15 Uhr	Selbstbehauptung	Kata-Ablauf-Bunkai	Selbstverteidigung
12.15-13.15 Uhr	Kihon-Kata-Ablauf	Selbstverteidigung	Selbstverteidigung
13.15-14.15 Uhr	Pause		
14.15-15.15 Uhr	Kata-Bunkai	Kata-Ablauf-Bunkai	Selbstverteidigung
15.15-16.15 Uhr	Kyu Prüfung	Selbstverteidigung	Selbstverteidigung
16.15-17.00 Uhr		Selbstverteidigung	Kata-Ablauf-Bunkai
ab 17.15 Uhr		Kyu-Prüfung	Kyu + DAN Prüfung
Gebühren	Erwachsene 25€	Kinder u. Jugendliche bis einschl. 14 Jahre 15€	
Prüfungen	Prüfungsmarken werden vom Ausrichter organisiert DAN-Prüfung SOK bitte rechtzeitig beim DKV anmelden		
Ort	Sportpark Pennenfeld Mallwitzstraße 53177 Bonn Wegbeschreibung unter Karate-Club-Bonn.de		
Anmeldung	Zur besseren Planung und Vorbereitung des Lehrganges bitten wir um Anmeldung per Mail an harald.zschammer@karate-club-bonn.de		
Ausrichter	Karate Club Bonn I 1970 e.V. - www.karate-club-bonn.de		
Kontakt	Telefon · 0171 / 83 49 007 Mail harald.zschammer@karate-club-bonn.de		