

KDNW-Tag

for KIDS

am 26. November 2022
in Duisburg



Wir laden alle Karate-Kids von 6 bis 18 Jahre herzlich ein. Die Teilnahmegebühr beträgt 10 €. Meldet euch vorab auf www.karate.nrw an oder kommt spontan zur Tageskasse. Heimtrainer:innen und Eltern dürfen zuschauen. Bitte informiert euch tagesaktuell online, ob Coronaschutzmaßnahmen gelten.

10.00-11.00 Uhr	Kata-Training: Jion <i>Natalie Jürgensmann</i>
11.15-12.15 Uhr	Kumite-Training: Angriffskombinationen <i>Nils Tönnis</i>
12.30-13.30 Uhr	Kata-Training: Gankaku <i>Yannick Drescher</i>
13.45-14.45 Uhr	Kumite-Training: Direkter Konter <i>Max Bauer</i>
15.00-16.00 Uhr	Kata-Training: Kleine Veränderung, große Wirkung <i>Roman Lux</i>
16.15-17.15 Uhr	Kumite Training: Indirekter Konter <i>Shara Hubrich</i>



Extra-Tipp:
Mach mindestens 4 Trainingseinheiten mit und
du bekommst kostenlos Autogramme von und
Fotos mit deinen Lieblingstrainer:innen!