

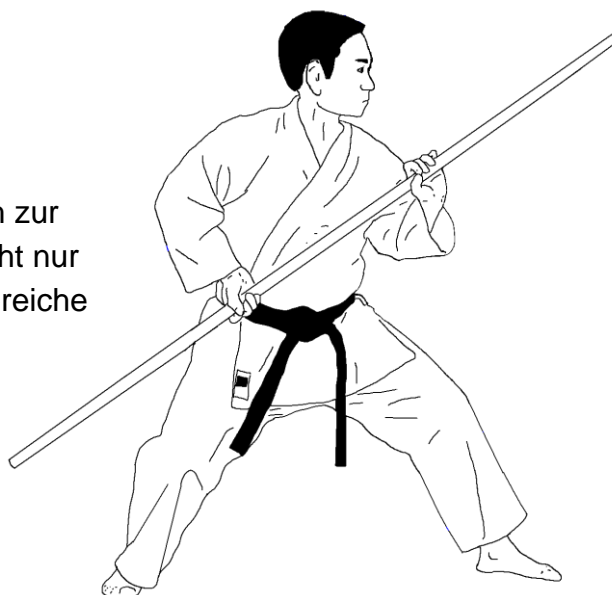
# Kobudo im KDNW



## Einführung in das Ryûkyû Kobudô

### Thema: Bô

Liebe Freundinnen und Freunde,  
ich freue mich, dass wir zusätzliche Angebote für Euch zur Verfügung stellen können. Zukünftig wird das SOK nicht nur reine SV-Angebote anbieten, sondern auch andere Bereiche des Karate beleuchten. Hierzu gehört auch „Kobudô“!  
Die Lehrgänge sind stilübergreifend und geeignet für Neueinsteiger und Kobudôka mit Vorkenntnissen, das Mindestalter ist 12 Jahre.



Liebe Grüße

Das SOK-Team

Termin: 11.03.2023

Zeit: 13:30h – 17:30h

Ort: Dreifach-Turnhalle des Berufskollegs Ennepetal  
Wilhelmshöher Str. 12-22, 58256 Ennepetal

Lehrgangsgebühren: werden nicht erhoben - kostenfrei

### Referenten:

Ralf Budde

Bernd Kopp

Jürgen Porsch

### Zeitplan:

Zeit	Neueinsteiger	Kobudôka mit Vorkenntnissen
13:30 – 13:40	Begrüßung und Gruppeneinteilung	
13:40 – 14:55	Bô-Handhabung und Bô-Kihôn	Bô-Kata 1
15:00 – 16:15	Bô-Kombinationen	Bô Kata 2
16:20 – 17:30	Partnerübungen	

Sofern möglich, bitte einen eigenen Bô mitbringen. Leihweise sind einige Bô vorhanden.

Kontakt Jürgen Porsch: [juergen@sok-team.de](mailto:juergen@sok-team.de), Telefon: 01573 2366229

Hinweise: Der Ausrichter - Torakai e. V. – übernimmt keine Haftung!  
Die aktuell gültigen Corona-Regeln sind zu beachten!