

# 25. 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 - Kanku Sho  
Unterstufe Kata - Heian Yondan

## Samstag 3. Juni 2023

Training	Kinder 9.-1. Kyu	Erwachsene 9.-5. Kyu	Erwachsene 4. Kyu-DAN
12.00-13.15 Uhr	Selbstbehauptung	Kata-Ablauf-Bunkai	Selbstverteidigung
13.15-14.15 Uhr	Kihon-Kata-Ablauf	Selbstverteidigung	Kata-Ablauf-Bunkai
14.15-15.00 Uhr	Pause		
15.00-16.00 Uhr	Prüfungsvorb.	Selbstverteidigung	Selbstverteidigung
16.00-17.00 Uhr	Kyu Prüfung	Selbstverteidigung	Selbstverteidigung
ab 17.15 Uhr		Kyu-Prüfung	Kyu-Prüfung
Gebühren	Erwachsene 25€	Kinder u. Jugendliche bis einschl. 14 Jahre 15€ ab 2 Familienmitglieder 20% Rabatt	
Prüfungen	Prüfungsmarken werden vom Ausrichter organisiert		
Ort	Hardtberghalle Bonn, Gaußstr. 1, 53125 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		