4. Bonner Kata-Marathon
30. März 2024

Der Bonner Kata-Marathon bietet Karateka aller Gürtelgrade die Möglichkeit bis zu sechs frei wählbare Kata zu erlernen, wieder zu erlernen oder in der Feinform und im Bunkai zu vertiefen. Bei Voranmeldung per Email gibt es ab 10 Teilnehmern eine Freikarte!

Info:
Karate Club Bushido Bonn 1990 e.V.
Georg Karras
Tel. 0151-15760990
bushido.bonn@t-online.de

Der Ausrichter übernimmt keine Haftung.

Veranstaltungsort:
Sportpark Pennenfeld
Mallwitzstrasse
53177 Bonn - Bad Godesberg
Navi-Adresse für den Parkplatz:
Kortrijker Str. 1

Lehrgangsgebühr:

Kinder bis 14 Jahre	25,- €
Erwachsene	30,- €

Georg Karras
7. Dan Shotokan
Landesprüferreferent KDNW

Bernhard Milner
9. Dan Shotokan
Landesstilrichtungsreferent KDNW

Detlef Herbst
7. Dan Shotokan
A-Trainer

Tim Milner
5. Dan Shotokan
Bundestrainer-Assistent

Christian Karras
5. Dan Shotokan
Landestrainer KDNW

	Halle 1	Halle 2	Halle 3
9.45 - 10.00	Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen		
10.00 - 11.00	Heian Nidan	Jion	Gojushiho Sho
11.15 - 12.15	Heian Godan	Tekki Nidan	Unsu
12.30 - 13.30	Bassai Dai	Chinte	Teach The Trainer
13.30 - 14.30	Mittagspause		
14.30 - 15.30	Heian Sandan	Kanku Dai	Gankaku
15.45 - 16.45	Tekki Shodan	Jitte	Kanku Sho
17.00 - 18.00	Heian Yondan	Enpi	Nijushiho
ab 18.15	Kyu-Prüfungen (Nach Anmeldung)		

Teach The Trainer:
"Methoden zum sicheren Vorführungsrythmus" - für Trainer ab 3. Kyu.
Teilnahme an der TTT-Einheit nur mit Voranmeldung per Mail an bushido.bonn@t-online.de möglich.