



# Shotokan-Lehrgang

mit Kyu-Prüfung beim

1. Bonn-Beueler Shotokan-Karate-Dojo e.V.



## Sa, 01.02.2025

### 10:00 Uhr – 17:30 Uhr

insgesamt 8 Einheiten  
in zwei Hallen



**Bernd Milner**  
9. Dan



**Benjamin Wolf**  
4. Dan

**Referenten:**

**Ort:**

Sporthalle der Gottfried-Kinkel Grundschule  
Kastellstr. 31, 53227 Bonn  
Adresse für Parkplätze: „Am Magdalenenkreuz 8“

**Lehrgangsgebühr:**

25 € mit **Voranmeldung** bis zum **28.01.2025** oder  
30 € Tageskasse

**kostenlose Verpflegung inklusive!**

**Kyu-Prüfung:**

Voraussetzungen: mind. 8. Kyu\*, vorherige Teilnahme am  
Lehrgang, Voranmeldung zur Prüfung per E-Mail **bis zum 28.01.**  
**Begrenzte Teilnehmerzahl**

**Voranmeldung:**

[PR@karate-bonn-beuel.de](mailto:PR@karate-bonn-beuel.de)

**Weitere Infos:**

Training findet zum Teil auf Wettkampfmatten statt,  
<https://www.karate-bonn-beuel.de>

Die Kata-Einheiten setzen erste Kenntnisse der folgenden Katas voraus:

Oberstufe: Tekki Shodan + Bassai Dai  
Mittelstufe: Heian Yondan + Heian Godan  
Unterstufe: Heian Nidan + Heian Sandan

Es werden Schwerpunkte der jeweiligen Kata trainiert. Der Kata-Ablauf sollte grob bekannt sein.

	Halle 1 (oben)	Halle 2 (unten) auf Turniermatten
10:00 - 10:30	Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen	
10:30 - 11:30	<b>Kihon Mittelstufe</b> (ab 6. Kyu) bei Bernd	<b>Kata Oberstufe</b> (ab 4. Kyu) bei Benjamin
11:45 - 12:45	<b>Kihon Oberstufe</b> (ab 4. Kyu) bei Bernd	<b>Kata Unterstufe</b> (ab 8. Kyu) bei Benjamin
12:45 - 14:00	Mittagspause	
14:00 - 15:00	<b>Kihon Unterstufe</b> (ab 8. Kyu) bei Bernd	<b>Kata Mittelstufe</b> (ab 6. Kyu) bei Benjamin
15:15 - 16:15	<b>Kyu-Prüfungen</b> bei Bernd Milner	<b>Kata Chinte</b> bei Benjamin
16:30 - 17:30	*Keine Prüfung auf 9. & 8. Kyu!	<b>Kata Sochin</b> bei Benjamin

Mit der Teilnahme erklären sich Teilnehmer\*innen mit der Veröffentlichung der Bild- und Videoaufnahmen im Rahmen der Berichterstattung einverstanden. Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung.