



kata
marathon®
DAS ORIGINAL

13. RUHRPOTT KATA-MARATHON

30. NOVEMBER 2025 IN BOCHUM

DIE TRAINER



BERNHARD MILNER

9. Dan Shotokan
Landesstilrichtungsreferent KDNW



GEORG KARRAS

8. Dan Shotokan
Landesprüferreferent KDNW



DETLEF HERBST

8. Dan Shotokan
A-Trainer



TIM MILNER

5. Dan Shotokan
A-Trainer
Landestrainer Bayern
Bundesassistententrainer DKV



CHRISTIAN KARRAS

5. Dan Shotokan
A-Trainer
Landestrainer NRW

INFORMATIONEN



Budokan Bochum e.V.

Bernhard Milner

0175/110 58 92

02327/77879



www.budokan-bochum.de



Lohringhalle
Lohring 20
44789 Bochum

Der Bochumer 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.



Kinder bis 14 Jahre 30€
Erwachsene 35€



Bei einer Voranmeldung per Mail gibt es ab 10 Teilnehmer/innen eine Freikarte!

Der Ausrichter übernimmt keine Haftung

Termine 2025

6. September 22. Licher Kata-Marathon
13. September Budokan Cup

Alle Teilnehmenden erklären sich mit der Veröffentlichung von Bild- und Tonaufnahmen im Rahmen der Berichterstattung einverstanden.

13. RUHRPOTT KATA-MARATHON

30. NOVEMBER 2025 IN BOCHUM



kata
marathon®
DAS ORIGINAL

ZEITPLAN

	Halle 1	Halle 2	Halle 3
9.45 10.00	Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen		
10.00 11.00	Heian Nidan	Empi	Kanku Sho
11.15 12.15	Tekki Shodan	Kanku Dai	Gankaku Sho
12.30 13.30	Heian Sandan	Jion	Teach the Trainer
13.30 14.30	Pause		
14.30 15.30	Heian Yondan	Jiin	Gankaku
15.45 16.45	Bassai Dai	Gojushiho Dai	Tekki Sandan
17.00 18.00	Heian Godan	Chinte	Niju Shiho

TEACH THE TRAINER

- Thema: Trainingsmethode für Wettkampf Kata
- für Trainer ab 3. Kyu
- Teilnahme an der TTT-Einheit nur mit Voranmeldung an budokan-bochum@t-online.de möglich