

SOK im KDNW

Landeslehrgang Kata Bunkai und Selbstverteidigung

Nächster Termin	17.10.2026
Zeit	10.00 Uhr bis 14.00 Uhr
Ort	Sporthalle Rhein-Sieg Gymnasium An der Post 80 53757 Sankt Augustin
Lehrgangsgebühren	Werden nicht erhoben – kostenfrei
Ansprechpartner	Colette Henke – 0151- 41691369 Marc Henke - 0177-8319630
Referenten	Klaus Reichelt Ludwig Binder - 0163-6074483
Hinweis	Der Ausrichter sowie der KDNW übernehmen keine Haftung! Anmeldung nicht erforderlich
Ausrichter	SKD Ryukan Sankt Augustin e. V.

In unserer Lehrgangsreihe SV gehen wir die Aspekte der Selbstverteidigung theoretisch und praktisch an. Jede Trainingseinheit hat einen praktischen sowie einen theoretischen Teil. Die einzelnen Lehrgänge werden per Ausschreibung auf der Facebookseite des SOK-Teams und auf der KDNW-Seite unter „Termine“ veröffentlicht.

Das Training kann von jedem SV-Interessierten besucht werden.
Alle Lehrgänge in dieser Lehrgangsreihe sind grundsätzlich stilübergreifend.

Folgende Themenbereiche werden diesmal erörtert und trainiert:

- Einsatz von Pratzen ins Selbstverteidigungstraining
- Sinnvolle Abläufe und Kombinationen für die Selbstverteidigung
- Notwehrrecht (Theoretischer Teil)

Der Lehrgang wird für die Trainer:innen-Lizenzverlängerung anerkannt. Dieser Bereich ist kostenfrei. Eine Anmeldung über den KDNW ist nicht erforderlich. Teilnahmebescheinigungen werden vor Ort ausgehändigt.

Dieser Lehrgang ist ebenso geeignet für die erforderliche Bescheinigung zur Prüfung zum 1. Dan nach Punkt D-Nr. 9 der Verfahrensordnung des Deutschen Karateverbandes. Die entsprechende Gebühr für die Bescheinigung beträgt 20,00 Euro. Dan-Anwärter:innen bitte über die KDNW-Internetseite anmelden. Die Teilnahmebescheinigungen werden vor Ort ausgehändigt.

Wir würden uns sehr freuen, Euch bei unserem Lehrgang begrüßen zu dürfen.

Euer SOK-Kompetenzteam

