

21. Kata-Bunkai- & Selbstverteidigungs - Lehrgang

Elke Noppeney - Ludwig Binder - Wilfried Schulz
Thomas Merzbach - Harald Zschammer

Kyu und DAN Prüfungen nach
SOK / Shotokan Prüfungsordnung
Selbstbehauptung für Kinder

Oberstufe Kata Jion
Unterstufe Kata Meikyo

Samstag 7. Juli 2018

Training	Kinder 7.-1. Kyu	Erwachsene 9.-6. Kyu	Erwachsene 5. Kyu-DAN
11.00-12.15 Uhr	Kata-Ablauf	Selbstverteidigung	Kata-Bunkai
12.15-13.15 Uhr	Kihon	Kata-Bunkai	Kata-Bunkai
13.15-14.15 Uhr	Pause		
14.15-15.15 Uhr	Selbstbehauptung	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
15.15-16.15 Uhr	Kyu Prüfung	Selbstverteidigung	Kata-Bunkai
16.15-17.00 Uhr		Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
ab 17.15 Uhr		Kyu-Prüfung	Kyu + DAN Prüfung

Gebühren/
Prüfungen

Erwachsene 22€ Kinder bis einschl. 14 Jahre 14€
Prüfungsmarken werden vom Ausrichter organisiert
DAN-Prüfung SOK bitte rechtzeitig beim DKV anmelden

Ort
Hallenänderung
beachten!!!

Sporthalle der LVR-Förderschule, Goethestr. 1, 53332 Bornheim
(direkt neben der Europaschule gelegen)
Wegbeschreibung unter Karate-Club-Bonn.de

Ausrichter Karate Club Bonn I 1970 e.V.

Kontakt Harald Zschammer · 0171 / 83 49 007 · harald@karate-club-bonn.de