

# 35. Kata-Bunkai- & Selbstverteidigungs - Lehrgang

Dr. Sigi Wolf 9. DAN - Ludwig Binder 8. DAN  
Klaus Reichelt 7. DAN - Marcus Gutzmer 7. DAN  
sowie Trainerteam des Karate-Club Bonn I

Bitte Anmeldung vorab per Mail an  
harald.zschammer@karate-club-bonn  
.de  
Sep. Trainingseinheiten für Kinder

Oberstufe Kata Tekki Sandan im  
Shotokan und Shito Ryu-Stil  
Unterstufe und Kindergruppe Tekki  
Shodan im Shotokan Stil

## Samstag 11. Juli 2026

Training	Kinder 9.-1. Kyu	Erwachsene 9.-5. Kyu	Erwachsene 4. Kyu-DAN
11.45-13.00 Uhr	Pratzentraining	Kata-Ablauf-Bunkai	Selbstverteidigung (SV)
13.00-14.00 Uhr	Kihon-Kata-Ablauf	Selbstverteidigung	Selbstverteidigung (SV)
14.00-14.45 Uhr	Pause		
14.45-15.45 Uhr	Kyu Prüfung	Selbstverteidigung (SV)	Kata oder alternativ SV
15.45-16.45 Uhr	Kyu Prüfung	Distanztraining (DT)	Kata oder alternativ DT
ab 15.45 Uhr		Kyu-Prüfung	Kyu-Prüfung
Gebühren	Erwachsene 30 € Kinder u. Jugendliche bis einschl. 14 Jahre 12 € ab 2 Familienmitglieder 10% Rabatt		
Prüfungen	Prüfungsmarken werden vom Ausrichter organisiert		
Ort	Sporthalle im Schulzentrum Tannenbusch, Hirschberger Str. 3, 53119 Bonn Wegbeschreibung unter Karate-Club-Bonn.de		
Anmeldung	Zur besseren Planung und Vorbereitung des Lehrganges bitten wir um Anmeldung per Mail an harald.zschammer@karate-club-bonn.de		
Ausrichter	Karate Club Bonn I 1970 e.V. - www.karate-club-bonn.de		
Kontakt	Telefon · 0171 / 83 49 007 Mail harald.zschammer@karate-club-bonn.de		