



3. DanShaKai

Thüringer Karate Verband e.V.

01.09.2019 (Sonntag)



In Erfurt / Thüringen



Karate-Do Seminar für Dan-Träger mit „Unterstufe“ (3.-1.Kyu / braun)

Das Seminar wird mit 4 Stunden, als Trainerlizenz-Verlängerung angerechnet

Das Seminar wird ebenfalls, als TKV-Prüferlizenz-Verlängerung angerechnet

In den Einheiten wird zu den angebotenen Inhalten, die biomechanische Betrachtung der Karate-Waza (Techniken/Bewegungen/Stellungen/Körperhaltungen) im Vordergrund stehen, ebenso deren Effektivität/Anwendungen.

Die Meister u. der Verein, 1.Karate Verein Erfurt e.V., sind Mitglied im Deutschen-Karate-Verbandes e.V.

Ort:	Regelschule 3 – Hirnzigenweg 31 / 99099 Erfurt			
Vormittag:	10:00 – 10:30 Uhr	Alle	Begrüßung	
		Alle	Ba Duan Jin	Lothar J. Ratschke
	10:30 – 11:30 Uhr	3.-1. Kyu	Kihon	Olaf Reichelt
	10:30 – 11:30 Uhr	Dan-Träger	Kihon	Lothar J. Ratschke
	11:45 – 12:45 Uhr	3.-1. Kyu	Kata	Olaf Reichelt
	11:45 – 12:45 Uhr	Dan-Träger	Kata	Lothar J. Ratschke
	<u>Hier:</u> Kata u. Bunkai – unter der Betrachtung der Tiere und Elemente			
Mittagspause:	12:45 – 13:30 Uhr	Gedankenaustausch unter den Teilnehmer		
Nachmittag:	13:30 – 14:30 Uhr	Alle	Technikoptimierung	Andre Beck
	14:45 – 15:45 Uhr	Alle	SV	Klaus Michel
	16:00 – 17:00 Uhr	Alle	Kumite-Formen	Lothar J. Ratschke
	17:15 – 17:30 Uhr	Alle	Qi-Gong Tu Na	Lothar J. Ratschke
Seminar-Beitrag:	10,00 €			

Nach dem Seminar ist der Besuch der Zitadelle-Petersberg u. Altstadt möglich!

https://de.wikipedia.org/wiki/Zitadelle_Petersberg

Ausrichter:

1. Karate Verein Erfurt e.V.

Lothar J. Ratschke

Tel: 0361-7921377

Handy: 0172-6801521

www.hatamoto.de

hatamoto@t-online.de



Ab 18:30 Uhr gemütliches Beisammensitzen im Waldhaus Erfurt (Erste Erfurter Gasthausbrauerei)

www.waldhaus-erfurt.de/cms/ (Rhodaer Chaussee 12, 99094 Erfurt)

Der Veranstalter und Ausrichter lehnt jegliche Haftung von Sach- und Personenschäden ab!