



Uni Karate Dojo  
Stuttgart e.V.

# 1. Stuttgarter Kata-Tag

*Erlernen, Vertiefen & Anwenden*

**31. März 2007**

**Udo Boppre**, 5. Dan, Vize-Europameister

**Marco Ennemoser**, 4. Dan, KVBW-Landestrainer Kata

**Andreas Ginger**, 3. Dan, KVBW-Stützpunkttrainer

**Walter Gomm**, 5. Dan, Gesundheitstrainer, Karatelehrer

**Lehrgangsort** Sporthalle Allmandring auf dem Unigelände Stuttgart-Vaihingen  
Allmandring 28, 70569 Stuttgart

**Info** <http://www.ukd-stuttgart.de>, Rainer Mittenzwey, Tel.: 0711-2737539

<b>Zeiten</b>	<b>Halle 1</b>	<b>Halle 2</b>	<b>Halle 3</b>
11:00 - 11:15	gemeinsames Aufwärmen		
11:15 - 12:15	<b>Heian Sandan Heian Yondan</b> <i>Walter: Erlernen</i>	<b>Gojushiho Sho</b> <i>Marco: Vertiefen &amp; Anwenden</i>	<b>Tekki Sandan</b> <i>Udo: Erlernen</i>
12:15 - 12:30	gemeinsames Ab/Aufwärmen		
12:30 - 13:30	<b>Sepai</b> <i>Andreas: Erlernen</i>	<b>Heian Godan Tekki Shodan</b> <i>Walter: Vertiefen &amp; Anwenden</i>	<b>Unsu</b> <i>Marco: Vertiefen &amp; Anwenden</i>
13:30 - 14:30	<b>Mittagspause</b>		
14:30 - 14:45	gemeinsames Aufwärmen		
14:45 - 15:45	<b>Jitte</b> <i>Udo: Erlernen</i>	<b>Sepai</b> <i>Andreas: Vertiefen &amp; Anwenden</i>	<b>Heian Shodan Heian Nidan</b> <i>Marco: Vertiefen &amp; Anwenden</i>
15:45 - 16:00	gemeinsames Ab/Aufwärmen		
16:00 - 17:00	<b>Kururunfa</b> <i>Andreas: Erlernen</i>	<b>Jion</b> <i>Udo: Erlernen</i>	<b>Sochin</b> <i>Walter: Vertiefen &amp; Anwenden</i>
17:15 - 18:15	<b>Katamarathon (1 - 26)</b>		

**Lehrgangsgebühr** 20,- €, Kinder und Jugendliche bis 16 Jahren: 12,-€

**Ausrichter** Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.

**Haftung** Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung jeglicher Art ab.