



Uni Karate Dojo
Stuttgart e.V.

3. Stuttgarter Kata-Tag

Erlernen, Vertiefen & Anwenden

Samstag, 14. März 2009

Udo Boppré, 5. Dan, Vize-Europameister Kata

Martin Duffner, 6. Dan, KVBW-Stilrichtungswart Shotokan

Andreas Ginger, 4. Dan, KVBW-Stützpunktrainer Kata

Walter Gomm, 5. Dan, Gesundheitstrainer, Karatelehrer

Lehrgangsort

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

Info

<http://www.ukd-stuttgart.de>, Yvonne.Grewin@ukd-stuttgart.de

Zeiten	Halle 1	Halle 2	Halle 3
11:00 - 11:15	Aufwärmen		
11:15 - 12:15	Tekki Shodan <i>Walter</i> : Erlernen & Vertiefen & Anwenden	Heian Godan <i>Martin</i> : Erlernen	Kanku-Sho <i>Udo</i> : Erlernen
12:15 - 12:30	Ab/Aufwärmen		
12:30 - 13:30	Seienchin ¹ <i>Andreas</i> : Erlernen	Tekki Nidan Tekki Sandan <i>Walter</i> : Erlernen	Wankan <i>Udo</i> : Erlernen & Anwenden
13:30 - 14:30	Mittagspause		Kyu Prüfungen
14:30 - 14:45	Aufwärmen		
14:45 - 15:45	Heian Sandan Heian Yondan <i>Udo</i> : Vertiefen	Seienchin ¹ <i>Andreas</i> : Vertiefen & Anwenden	Nijushiho <i>Martin</i> : Erlernen
15:45 - 16:00	Ab/Aufwärmen		
16:00 - 17:00	Sesan ² <i>Andreas</i> : Erlernen & Vertiefen	Nijushiho <i>Martin</i> : Vertiefen & Anwenden	Tekki Nidan Tekki Sandan <i>Walter</i> : Vertiefen & Anwenden
17:00 - 18:00	gemeinsames Laufen aller Kata des Kata Tages		ggf. Kyu Prüfungen

Erlernen: Anfängerniveau

Vertiefen: Fortgeschrittenes Niveau

Anwenden: Bunkai

¹ Goju-Ryu Kata, Niveau entsprechend Blau- und Braungurt

² Goju-Ryu Kata, Niveau entsprechend 3. Dan

Prüfung

Im Rahmen des Lehrgangs finden Kyu-Prüfungen (Shotokan/Stiloffen) statt.
Urkunden und Marken sind vorhanden (12 EUR)
Anmeldung zur Prüfung bei Yvonne Grewin (Yvonne.Grewin@ukd-stuttgart.de).

Lehrgangsgebühr ab 16 Jahren: 20 €, bis 16 Jahren: 12 €

Bewirtung Für das leibliche Wohl ist gesorgt!

Ausrichter Uni Karate Dojo Stuttgart e.V.

Haftung Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung jeglicher Art ab.