

8. Licher

Kata-Marathon



am 04.09.2010

mit



Bernd Milner

8. Dan



Detlef Herbst

5. Dan



Christian Bonsiep

3. Dan



Tim Milner

3. Dan



Sascha Marth

3. Dan

Der Licher Kata-Marathon bietet Karateka aller Gürtelgrade die Möglichkeit, bis zu 6 frei wählbare Kata zu erlernen, wieder zu erlernen oder in der Feinform und im Bunkai zu vertiefen.

Kihon für Kata: In dieser Trainingseinheit werden die technischen Grundlagen der Heian Kata unter Berücksichtigung der Anforderungen in der Prüfung vermittelt.

Teach the Trainers: Nur für Trainer ab 3. Kyu; wegen Teilnehmerbegrenzung bitte in der Voranmeldung ankreuzen.

Info:

Karate-Dojo Lich e.V. Bahnhofstr. 2, 35423 Lich
Tel. 06404-63744 e-mail: info@karate-lich.de

Es können weitere Ausschreibungen bei uns angefordert oder unter www.karate-lich.de als PDF-Datei heruntergeladen werden.

Veranstaltungsort:

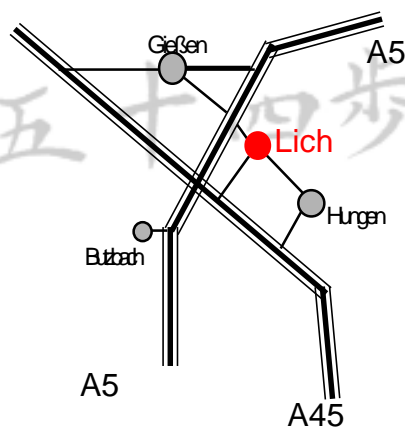
Lehrgang: Sporthalle der Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Kirchhofgasse 24
Teach The Trainer & Leistungssport- Meeting: Dojo des KD Lich.

Voranmeldung: Bis zum 27.08.2010 (Eingang) auf das Konto:

Konto: Karate-Dojo Lich e.V. A45
Volksbank Mittelhessen
Konto 74 378 447
BLZ 513 900 00

Lehrgangsgebühr:

	mit Voranmeldung	ohne Voranmeldung
Kids bis 13 Jahre	15,- €	18,- €
Jugendliche/Erwachsene ab 14 Jahre	20,- €	23,- €



Achtung:

Bei Voranmeldung von 10 Teilnehmern/innen gibt es eine FREIKARTE.

Termine 2010:

20.11.2010 Kata-Marathon in Alfeld

Termine 2011:

17.-19.06.2011 Karate Sommerschule Lich

03.09.2011 Kata-Marathon in Lich



Trainingsplan:

明鏡

Trainingsplan:	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Dojo
9.30 - 10.45 Uhr	Kihon für Kata 拔塞小	Enpi	Ji'in	
11.00 - 12.00 Uhr	Heian 3	Jion	Nijushiho 拔塞大	Teach The Trainers Methoden zur Katavorführung Vor Anmeldung max. 20 Teilnehmer
12.15 - 13.15 Uhr	Tekki 1	Chinte	Unsu	
14.00 - 15.00 Uhr	Heian 1 & 2 二十四步	Bassai Dai	Gankaku Sho 雲手	Leistungssport Meeting auf Einladung
15.15 - 16.15 Uhr	Heian 4	Tekki 3	Gojushiho Dai 五十四步小	
16.30 - 17.30 Uhr	Heian 5 觀空大	Kanku Dai	Gankaku	
ab 17.45 Uhr	Prüfungen 9.-1. Kyu			

拔塞小

平安五段



鉄騎初段

五十四

平安初段

Kata-Marathon 2010 am 04. September in Lich

Bitte pro Teilnehmer/in ein Anmeldeformular benutzen und in Druckbuchstaben ausfüllen. (Bei Mehrbedarf bitte kopieren!)

An das
Karate-Dojo Lich e.V.
Bahnhofstr.2
35423 Lich

Absender:

Name _____

Straße _____

Ort _____

Fon _____

e-mail _____

Graduierung _____ Kyu/Dan

Alter _____

Verein _____

Voranmeldung bis 27.08.2010

Hiermit melde ich mich zum Kata-Marathon 2010 an!

- | | | |
|--------------------------|------------------------------------|--------|
| <input type="checkbox"/> | Kids bis 13 Jahre | 15,- € |
| <input type="checkbox"/> | Jugendliche/Erwachsene ab 14 Jahre | 20,- € |

- Ich möchte an „Teach The Trainer - Methoden zur Katavorführung“ teilnehmen.

Überweisung in Höhe von _____ erfolgte am ____ . ____ . 2010