



山河道場

SANGA-DOJO

Shito-Ryu Karate-Do Genbu-Kai
im Sport-Club Pinneberg

Stiloffener Karate Do Lehrgang mit anschließender DAN-Prüfung (bis 4. Dan)

Samstag 16.10.2021 in Pinneberg

Mit Michael Karpenkiel, 6. DAN Shito-Ryu-Karate-Do

und Dirk Kather, 5. DAN Shito-Ryu-Karate-Do

Lehrgangsinhalte:

Kokoro gamae no Koto, sei bereit mit ganzem Herzen. Die erste Regel aus dem Go Shu Go Kaku von Kenwa Mabuni. Die fünf Lehren des Zweikampfs.

Schwerpunkt der Trainingseinheit, das Umsetzen erlernter Techniken in der Verteidigung gegen mehrere Gegner, anhand des Bunkai einer Kata von Kenwa Mabuni.

und

verschiedene Kumite - Varianten wie zum Beispiel Tan-Ren-Kumite und Bunkai – Drills

Lehrgangsort: Sanga-Dojo, An der Raa 13, 25421 Pinneberg

Lehrgangszeiten: 10:00 – 11:45 Uhr Kokoro gamae no Koto
12:45 – 14:30 Uhr Kumite - Varianten

Dan Prüfung Ab 15:00 Uhr

Ab ca. 17:30 Uhr gemeinsames Abendessen

Lehrgangsgebühr: 15 €

Anmerkung: Übernachtung im Dojo nach Anmeldung möglich. Lehrgangsthemen können ggf. nach der aktueller Covid 19-Situation angepasst werden. Kleines Buffet ist in der Lehrgangsgebühr inkludiert. Die Teilnahme ist auf 30 Budoka begrenzt. Anmeldung wäre schön, ist aber nicht obligatorisch.

Ausrichter: Sanga-Dojo-Shito-Ryu Karate-Do Genbu-Kai im SC Pinneberg e.V.

Infos unter: ane.solf@gmx.de

Haftung: Der Ausrichter / Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

Infos auch unter: www.karate-pinneberg.de