



# Wado Ryu Karate mit

**Sensei Shuzo Imai 9.Dan**

**“Migo” Krüger 6.Dan und Klaus Dobberitz 5. Dan**

**Sophie Schumacher 2. Dan**

**30.09. - 01.10.2023**

	<u>Samstag 30.09.23</u>		
10:00 – 11:30	Aufwärmen, Kihon	Alle	Imai,Krüger,Dobberitz
	Kihon,(Tsuki,Keri,Uke)	9. – 6. Kyu	Krüger
	Kihon,(Uchi-Waza)	6. – 1. Kyu	Dobberitz
	Kihon(Danvorbereitung)	1.Kyu – Dan	Imai
11:45 – 13:00	Kata Nidan – Sandan	9. – 6. Kyu	Dobberitz
	Kata Yondan – Koushanku	5. – 1. Kyu	Krüger
	Kata Danvorbereitung	1.Kyu – Dan	Imai
13.00 – 13:30	Pause		
13:30 – 15:15	Kumite Formen	9. – 5. Kyu	Dobberitz
	Kumite Formen	4. – 1. Kyu	Krüger
	Kumite Formen	1.Kyu – Dan	Imai
	Demonstration/Ehrung	Alle	
15:30 – 17:00	Tanto-Tori, Idori	3.Kyu – Dan	Imai,Dobberitz, Krüger
	<u>Sonntag 01.10.23</u>		
10:00 – 11:30	Kihon, Kumite Formen, Kata	Alle	Imai, Krüger, Dobberitz, Schumacher
12:00 – 14:00	Danvorbereitung	3.Kyu – Dan	Imai,Dobberitz,Krüger
ab 14:00	Kyu-Prüfung	9. - 1. Kyu	

**24376 Kappeln, Hindenburgstr. Sporthalle der Gemeinschaftsschule beim Sportplatz**

**Trainer und Eltern sollen bitte auf die Leistungsfähigkeit ihrer Schüler/Kinder achten! Eventuell ist die Teilnahme an allen Einheiten eine Überforderung!**

**Der Lehrgang ist für die Verlängerung der A Prüfer-Lizenzen Wado-Ryu anerkannt**

Prüfungen: am Sonntag ab 14:00 nur für Lehrgangsteilnehmer, die beide Tage teilgenommen haben, bis 1. Kyu möglich (Gebühr 15,- €)

Lehrgangsgebühr beide Tage: Jugendliche bis 15 Jahre 20,- €. Erwachsene ab 16 Jahre 30,- €

Lehrgangsgebühr 1 Tag: Jugendliche bis 15 Jahre 15,- €. Erwachsene ab 16 Jahre 25,- €

In der Cafeteria werden wieder Kleinigkeiten angeboten!

Haftung: Nur im Rahmen der LSV-Sportversicherung und den gesetzlichen Bestimmungen

Kontakte: Spartenleiter Christopher Maier [christopher.maier@t-online.de](mailto:christopher.maier@t-online.de)

mobil:01756818456

Werner Wilhelmsen: [wadowerner@gmail.com](mailto:wadowerner@gmail.com) / 01719390047/ 04642 8555

gez. Tokaido Kappeln e.V