



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 25.11.2023 in Pinneberg**

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

und Dirk Kather, 6. DAN Shito-Ryu-Karate-Do

### **Lehrgangsinhalte:**

Die fünf Regeln des Zweikampfs von Kenwa Mabuni (Go Shu Go - Kaku, Kokoro Gamae No Koto, Ashibumi No Koto, Tenji No Koto, Ma`ai No Koto, Henka no Koto)

Schwerpunkt des Trainings umsetzen erlernter Techniken in Einzelübungen wie auch im Bunkai, am Beispiel der Kata Matsumura Rohai (die Kenntnis der Kata ist nicht notwendig)

und

Kumite-Varianten unter Berücksichtigung der 8 Richtungen (Tenshin Happo) mit Bezug bzw. Anwendung in verschiedenen Kata und verschiedenen Schritten.

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

**Lehrgangszeiten:** 10:00 – 12:00 Uhr Die fünf Regeln des Zweikampfs  
12:30 – 14:30 Uhr Kumite - Varianten

**Dan Prüfung** ab 15:00 Uhr

**Ab ca. 18:00 Uhr gemeinsames Abendessen**

**Lehrgangsgebühr:** 15 €

**Anmerkung:** Die Teilnahme ist auf 40 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](mailto:ane.solf@gmx.de)

**Haftung:** Der Ausrichter / Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

Infos auch unter: [www.karate-pinneberg.de](http://www.karate-pinneberg.de)