



## Wado Ryu Karate mit

### Sensei Shuzo Imai 9.Dan "Migo" Krüger 6.Dan und Klaus Dobberitz 5. Dan Sophie Schumacher 2. Dan 24.02. - 25.02.2024

<u>Samstag 24.02.2024</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	Kumite Ippon-Kumite, Ohyo-Kumite	9. – 5. Kyu	Dobberitz
	Kumite Ohyo-/Kihon Kumite	4. – 1. Kyu	Krüger
	Kumite Kihon-Kumite 6-10	1. Kyu – Dan	Imai
13.00 – 13:30	Pause		
13:30 – 15:15	Kata Nidan – Sandan	9. – 6. Kyu	Dobberitz
	Kata Yondan – Koushanku	5. – 1. Kyu	Krüger
	Kata Danvorbereitung, Dan Kata	1. Kyu – Dan	Imai
	Demonstration	Alle	
15:30 – 17:00	Hanbo Training (Stockkampf)	Alle	Imai, Krüger, Dobberitz
<u>Sonntag 25.02.2024</u>			
10:00 – 11:30	Kihon, Kumite Formen, Kata	Alle	Imai, Krüger, Dobberitz, Schumacher
12:00 – 14:00	Danvorbereitung, Kihon, Kata, Ohyo-Kumite, Tanto-Tori, Idori	3. Kyu – Dan	Imai, Dobberitz, Krüger
ab 14:00	Kyu-Prüfung	9. - 1. Kyu	

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

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

Prüfungen: am Sonntag ab 14:00 ausschließlich für Lehrgangsteilnehmer, die beide Tage teilgenommen haben, bis 1. Kyu möglich (Prüfungsgebühr 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 Wilhelmssen: [wadowerner@gmail.com](mailto:wadowerner@gmail.com) / 01719390047/ 04642 8555

gez. Tokaido Kappeln e.V