



BUNKAI-LEHRGANG - SHOTOKAN KARATE

25.03.2023

IN BRÜCK / MARK

mit Ronald Dorau (5. DAN Shotokan) und Mathias Gäbel (5. DAN Wado Riu)

**Veranstalter
und Ausrichter:** Karate-Do im Fläming e.V.

Ausschreibung: Bunkailehrgang für Unter- und Oberstufe

Trainingsort: Oberschule Brück, große Turnhalle,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 1, 14822 Brück

Trainingszeiten: TE 0: 10:00 - 10:30 Uhr

Begrüßung und
gemeinsame Erwärmung

TE 1: 10:30 - 12:00 Uhr

- 9. - 5. Kyu Mathias Gäbel
- ab 4. Kyu Ronald Dorau

Meid- und Kontertechniken
Kata Bunkai - Jion / Bassai Dai

TE 2: 12.30 - 14.00 Uhr

- 9. - 5. Kyu Ronald Dorau
- ab 4. Kyu Mathias Gäbel

Kata Bunkai - Heian Nidan / Sandan
Meid- und Kontertechniken

Ab 14:30 Uhr Prüfungen (bis 1. Kyu) in der kleinen Turnhalle!

(Prüfungsmarken sind eigenständig zu organisieren)

Verpflegung Für Verpflegung ist jeweils selbst zu sorgen.

**Lehrgangs-
gebühren:** 15,00 Euro

Ausrichter und Veranstalter übernehmen keine Haftung!

Weiterführende Informationen gibt es hier:

- Marko Belitz, Tel. 0173 / 538 73 28
- www.karate-flaeming.de
- info@karate-flaeming.de

**WIR FREUEN UNS WIEDER AUF EINE REGE TEILNAHME UND
WÜNSCHEN ALLEN TEILNEHMERN VIEL SPAß UND ERFOLG! OSS!**