



Miyako Kase Ha Karate e.V.

Verein für traditionelles Shotokan-Do in Berlin und Falkensee

1. Vorsitzender: Ulrich Schulze • Friedrich-Engels-Allee 107 • 14612 Falkensee

Tel. +49-(0)3322-43 25 176

Traditioneller Shotokan-Karate-Lehrgang mit Wolf-Dieter Wichmann

(9. Dan, dreifacher Vizeweltmeister)

Motto:

Karate ist eins! Kihon, Kata und Kumite sind eins!!



Zeit: 23. und 24. September 2023

Ort: Sporthalle der Grundschule an der Bäke,
Haydnstraße 15 (Ecke Undinestraße)
12203 Berlin-Steglitz

Verkehrsverbindungen:

U-Bahn Linie 9 / S-Bahn Linie 1 Bhf. Rathaus Steglitz

Bus 186, M82

Haltestelle Haydnstraße

Bus 283, 285, M85

Haltestelle Manteuffelstraße

Trainingszeiten:

23. 9. 2023: 9. Kyu – 5. Kyu 11.30-13.00 Uhr Kihon und Kumite
4. Kyu – Dan 13.00-14.30 Uhr Kihon und Kumiteformen

9. Kyu – 5. Kyu 15.00-16.30 Uhr Kata und Bunkai
4. Kyu – Dan 16.30-18.00 Uhr Gojushiho Sho mit Bunkai

Während des Lehrgangs werden Kyu-Prüfungen angeboten

Für Trainer 18.00-19.00 Uhr
Thema: Spannung und Entspannung im Karate
Die Entwicklung des Rhythmus in der Kata

24. 9. 2023: 9. Kyu – Dan 10.00-12.00 Uhr Gemeinsames Training

Die Teilnahme wird mit 5 Stunden für die Verlängerung der Trainerlizenz anerkannt.

Gebühr: 25,00 € Erwachsene / 20,00 € Minderjährige bei Zahlung vor Ort
20,00 € Erwachsene / 15,00 € Minderjährige bei Voranmeldung und Überweisung
eine Woche im Voraus auf untenstehendes Konto

Für Imbiss und Getränke wird gesorgt.

Der Veranstalter schließt jegliche Haftung aus.

Kontaktadresse

Ulrich Schulze, Friedrich-Engels-
Allee 107, 14612 Falkensee
Tel.: +49 3322 43 25 176

Bankverbindung

IBAN: DE88100100100627979102
BIC: PBNKDEFF
Postbank Berlin