

KARATEPRAXIS – Moderne Tradition!

Nordwestdeutschland Doppelpack!

Praktisches Shotokan Karate

17.-18. Aug 2024 - Teil 2



Karate-Dojo Shoshin

TSV Achim

Heian-Kata-System Bunkai

Heian Shodan bis Sandan

04.-05. Mai 2024

Karate-Dojo Shoshin Heilshorn OHZ

Heian-Kata-System Bunkai

Heian Yondan bis Godan

17.-18. August 2024

Praktisches Kata-Bunkai für Kyu und Dan



Christian Wedewardt (GER)

6. Dan Karate WCA (UK), 6. Dan Karate (DKV)

Karatepraxis.com

Das wirklich alte Karate basiert auf körperlicher Ertüchtigung und der Fähigkeit zur Selbstverteidigung. Ein Sport und damit der Wettkampf, wurde erst 20. Jahrhundert daraus entwickelt. Christian Wedewardt setzt die Kata ins Zentrum des Lernens und leitet daraus Defensive und Offensive ab. Sein Bunkai-Training ist strukturiert nach Prinzipien, deren Alternativen, Taktiken und Distanzen. Sein Bunkai ist Selbstverteidigung mit Karate und deshalb geeignet für alle Stile und Graduierungen!

„Christians Art zu unterrichten ist etwas, das jeder Karateka erlebt haben sollte!“

Iain Abernethy

karatepraxis.com

KARATEPRAXIS – Moderne Tradition!

Samstag:	08:30 - 09:00	Eintreffen (Kaffee)
	09:00 - 10:15	Kindereinheit (bis 11 Jahre)
	10:30 - 12:30	Bunkai Einführung ins praktische Bunkai
	12:30 - 13:15	Pause mit Buffet zu fairen Preisen
	13:15 - 14:45	Bunkai Teil 2
	15:00 - 16:30	Bunkai Teil 3
	18:30 -	Das Weiße Haus
Sonntag:	09:30 - 10:00	Eintreffen (Kaffee)
	10:00 - 13:00	Bunkai Teil 4

**Mach Dein Auto voll !
Bei 3 Anmeldungen aus
einem Dojo ist die 4. Person
kostenfrei !**

Lehrgangsort: Sporthalle, Am Sportplatz 2, 27711 Osterholz-Scharmbeck

Übernachtung: Kostenlose Übernachtungshalle. Bitte die Übernachtung in der Übernachtungshalle bei der Anmeldung angeben.

Hotel: Das Weiße Haus, Sandbergweg 1, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Tel. 04795-95630

Voraussetzungen: Keine! Der Lehrgang ist offen für alle interessierten Kampfkünstler aller Stile vom Erstteilnehmer bis zum Schwarzgurt.

Kosten pro WE:

Kinder -----	10,00 EUR
Samstag -----	35,00 EUR
Sonntag -----	20,00 EUR
Beide Tage --	45,00 EUR

Veranstalter: Sportfreunde Heilshorn 1971 e.V.
Andreas Seebeck: info@karate-shoshin.de / +49 4209 98 99 070

Anmeldung: Da die Gesamtteilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um Anmeldung an o.g. Mailadresse mit Angabe des Namens, Dojo, Graduierung und Teilnahme Tag/e.

Zahlung: Den Gesamtbetrag bitte unter Angabe des/der Namen, Lehrgangstag/-e und Stichwort LG Christian Wedewardt 2023 bis spätestens 30.04.2023 auf das folgende Konto überweisen: Andreas Seebeck, Sparkasse Bremen
IBAN: DE44290501010012615357

