

Kumite - Intensiv

Lehrgang mit

Jan Gebhardt

5. DAN Shotokan Karate



Samstag, 25.06.2022

Turnhalle der Ludwig-Witthöft-Oberschule
Karl-Marx-Str.108, 15745 Wildau
Zufahrt über Kastanienstraße

10.00 - 11.30 Uhr

Kaeshi-Ippon-Kumite

Partnerübung nahe an der Selbstverteidigung
mit Wechsel im Angriff , Grundformen

12.00 - 13.30 Uhr

Okuri-Jiyu-Ippon-Kumite

Nachsetzende bzw. folgende Angriffe mit
Techniken zum Brechen des Gleichgewichts
Kuzushi-Waza

Investition pro Person:

15,-/Einheit

Kontakt:

0176 211 788 78

keiko-jan@gmx.de

Veranstalter:

KEIKO Kampfkunst u. Sport e.V.

Die Teilnahme ist für Karateka ab 6. Kyu empfohlen.

Eine Anmeldung ist bis 23.06.2022 erwünscht.

KEIKO
DOJO

道稽
場古



www.keikodojo.de
www.keiko-karate.de