



7. SHOTOKANTAG

IM DEUTSCHEN KARATE VERBAND - 2023



BERNHARD MILNER 9.DAN

ROLAND LOWINGER 9.DAN

GUNAR WEICHERT 8.DAN

Klaus BITSCH 7.DAN

ANTONIO DIONISIO 7.DAN

DETLEF HERBST 7.DAN

SILVIA SCHNABEL 6.DAN

SAMAD AZADI 6.DAN

MOHAMMED ABU WAHIB 5.DAN

JOHANNA KNEER 2.DAN

	Halle 1 7. - 4. Kyu	Halle 2 3. - 1. Kyu	Halle 3 ab 1. Dan
ab 09:00	Eintreffen		
09:15 - 10:00	Begrüßung und gemeinsames Aufwärmem		
10:00 - 11:00	Techniken am Partner*in	Methodischer Aufbau eines Kindertrainings	Grundschule, Übergang zum Jyu-Ippon Kumite
11:15 - 12:15	Taktische Anwendung einer Kumite-Technik	Bassai Dai + Bunkai	Nijushiho + Bunkai
12:30 - 13:30	„Hente“ (Einhandvariationen)	Bassai Sho + Bunkai	Verschiedene Anwendungsstufen einer Kumite-Technik
13:30 - 14:45	Pause/Buffer		
14:45 - 15:45	Kumite Grundlagentraining	Empi + Bunkai	Gojushiho Dai
16:00 - 17:00	Heian Godan + Bunkai	Koordinierungstechniken am Partner*in	Kanku Sho + Bunkai
17:15 - 18:15	Heian Yondan + Bunkai	Vom Jiyu-Ippon Kumite zum Jiyu-Kumite	Happo Kumite
18:15 - 18:45	Alle Gruppen zusammen: Gesamtkörperspannung mit Karatebewegungen		

Die Shotokan-Stilrichtung im DKV lädt hiermit zu einem besonderen Lehrgangsereignis ein.

Im Zeichen des Tigers gibt es an einem Tag ein kompaktes und vielfältiges Lehrgangsangebot mit spezieller Ausrichtung auf den Shotokan-Stil.

Die Stilrichtung Shotokan bietet die Möglichkeit am Shotokan-Tag, in dieses ursprüngliche Karate, das noch den Samurai-Geist spüren lässt, einzutauchen.

Die Einladung zum 6. Shotokan-Tag, für den viele renommierte Trainer gewonnen werden konnten, richtet sich an Nachwuchs-Karateka ebenso wie an erfahrene Danträger/innen und Trainer/innen, die über Jahrzehnte ihrer Stilrichtung treu verbunden geblieben sind und diese Verbundenheit in der Begegnung mit alten Weggefährten neu beleben wollen.

Während der Pause gemütliches Beisammensein bei einem Mittagessen (Kostenlos)

TRAINING IM ZEICHEN DES TIGERS

23. September 2023

Kelkheim/Taunus/Hessen

Waldsporthalle
Lorsbacher Straße 39 A
65779 Kelkheim/Hessen

Der Lehrgang ist kostenlos

Kontakt:
Bundesstilrichtungsreferent
Shotokan
Roland Lowinger
Mobil 0171-2857540
Lowinger@t-online.de



Freitag 22.09.2023
ab 18:00 Uhr
Danprüfungen

Danprüfungen vom 6. bis 8. Dan
im Karate Dojo „Budo Center Kelkheim“
Wilhelm-Dichmann-Straße 2
65779 Kelkheim/Hessen