

1. Shotokan Karate Dojo Porz e. V.



Kata und Kata-Bunkai Lehrgang

Mit

Harald Zschammer 5. Dan

Und

Regina Neidhardt 4. Dan

In **Köln-Porz**

Am Samstag, den 26. Mai 2018

Mit spezieller DAN- Prüfungsvorbereitung SOK und Shotokan sowie folgenden Themen:

Oberstufe Kata Meikyo und Unterstufe Kata Heian Yondan

Ort und Wegbeschreibung:

Turnhalle der Don-Bosco-Grundschule, Humboldtstraße 81, 51149 Köln-Porz. Eine detaillierte Wegbeschreibung ist zu finden unter: www.karate-porz.de

<u>Trainingszeiten:</u>	<u>9. bis 5. Kyu</u>	<u>4. Kyu bis Dan</u>
1. Trainingseinheit	14:00 – 15:00 Uhr	14:00 – 15:00 Uhr
2. Trainingseinheit	15:00 – 16:00 Uhr	15:00 – 16:00 Uhr
Pause	16:00 – 16:30 Uhr	16:00 – 16:30 Uhr
3. Trainingseinheit	16:30 – 17:15 Uhr	16:30 – 17:15 Uhr
4. Trainingseinheit	17:15 – 18:00 Uhr	17:15 – 18:00 Uhr

Lehrgangsgebühr:

17 Euro für alle ab 15 Jahre und 14 Euro für Kinder bis einschließlich 14 Jahre

Prüfungen: Kyu-Prüfungen bis 1. Kyu nach 18 Uhr nach stilloffenem und Shotokan-Prüfungsprogramm möglich. Prüfungsmarken sind bitte mitzubringen incl. Urkunde

Hinweise:

Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung! Eine kleine Speisenauswahl und Getränkeauswahl wird angeboten. **Mit Teilnahme am Lehrgang wird das Einverständnis für Foto- und Videoaufnahmen erteilt!**



Informationen:

Regina Neidhardt, Mobil: 0160 – 97 96 59 62
E-Mail: regina@karate-porz.de