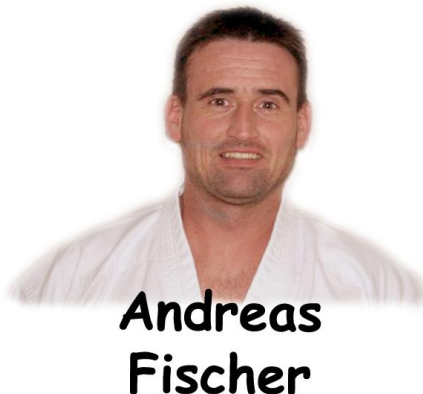


# SOK Lehrgang Kata – Kumite - SV



Termin: 20. Juli 2019

Veranstalter und  
Lehrgangsinfo:

Karate Dojo VfL Mainhardt e.V.  
Eberhard Steiner  
Tel.: 07903 – 3729  
Eberhard.Steiner@t-online.de



Trainer:

**Udo Boppré** 6.Dan / mehrfacher Deutscher Meister Kata / Vize-Europameister  
**Silvano Wagner** 2.Dan / Shotokan Vize-Europameister / mehrfacher Deutscher Meister Kumite  
**Andreas Fischer** 1.Dan / SV-Trainer / Polizeitrainer

Lehrgangsort:

Steinbühlhalle des VfL Mainhardt  
Steinbühl, 74535 Mainhardt

Trainingszeiten:

	9.Kyu – 7.Kyu:	6.Kyu – 4.Kyu:	3.Kyu – Dan:
1. Einheit 10:00 – 11:15 Uhr	Kata – Techniktraining <b>Udo</b>	Kumite – Konterformen / Randori <b>Silvano</b>	SV – Abwehr von Schlagangriffen <b>Andreas</b>
2. Einheit 11:45 – 13:00 Uhr	SV - Umklammerung <b>Andreas</b>	Kata – Heian Godan <b>Udo</b>	Kumite – Situation / Randori <b>Silvano</b>
3. Einheit 14:00 – 15:15 Uhr	Kumite – Techniktraining <b>Silvano</b>	SV – Verhalten am Boden <b>Andreas</b>	Kata – Kanku Dai <b>Udo</b>

Für die Kumite-Einheiten bitte Fuß- und Faustschützer mitbringen!

Lehrgangsgebühr:

Erwachsene 20,- € / Kinder unter 14 Jahre 15,- €

Kinderbetreuung:

Wir werden auch dieses Jahr zu den Trainingseinheiten eine Kinderbetreuung anbieten

Prüfung:

Ab 16:00:Uhr

1. - 4.Dan SOK Prüfung: Ernst Kappel

**Der Veranstalter übernimmt keine Haftung!**

**Der Veranstalter übernimmt keine Haftung!**