

Bunkai Jutsu Treffen in Idar-Oberstein

Samstag, 01. Juni 2019

10:00 – 17:00 Uhr

Mehrzweckhalle Göttschied

Eichenwaldstraße 1, 55743 Idar-Oberstein

Wir haben für das diesjährige Treffen in Idar-Oberstein wieder ein schönes Programm zusammenstellen können und hoffen auf rege Teilnahme. Dieses Mal werden wir wieder einen Schwerpunkt auf Kata Bunkai haben. Maximilian wird uns Einblicke in sportliche Trainingslehre, Aufwärm- und Kraftübungen, etc. geben. Dazu werden wir zum Ende noch einmal Gelegenheit haben uns mit Axels Pratzendrills zu verausgaben.

10:00-11:30 Einheit 1 Sport Praxis (Aufwärmen, Krafttraining, etc.) – Maximilian Renna

11:30-13:00 Einheit 2 Bunkai Kanku-Sho – Ulf Meierkord

14:00-15:30 Einheit 3 Bunkai Jiin – Carsten Schmitt

15:30-17:00 Einheit 4 Pratzendrills – Axel Siebert

Bitte eigene Pratzen und Faustschützer mitbringen Tiefschutz, Mundschutz, Übungsmesser usw. sollte jeder dabei haben.

Der Ausrichter schließt eine Haftung jeglicher Art aus.

Bei dieser Veranstaltung werden keine Snacks und Getränke wie bei Seminaren angeboten. Bitte Verpflegung für den Tag mitbringen. Zum Abschluss ist ein gemeinsames Abendessen geplant.

Infos bei:

Carsten Schmitt

E-Mail carstencas@aol.com

www.nahe-te.de

www.karate-idar-oberstein.de