



PSV Heidelberg e.V.
Karate-Abteilung



5. Wado-Kai Karate Mini-Lehrgang mit

André Jätzschmann

4. Dan Wado-Ryu

am Samstag 3. März 2012 in Heidelberg

Veranstalter + PSV Heidelberg e.V.
Ausrichter Dr. Jürgen Fabian

Lehrgangsort: Dojo des PSV Heidelberg
Tiergartenstraße 9 □
69120 Heidelberg

Trainingszeiten Samstag, 13:00-17:00 Uhr
03.03.2012
13:00-15:00 Erwärmung - Dehnung (Springseil,
Techniken)
Bewegungen im Kumite (Ausweichen,
Schrittwechsel, Tai Sabaki etc.)
ausgewählte Techniken (Gyaku Zuki,
Ashi Barai etc.)
15:00-17:00 Prinzipien (Abwehr, direkter Konter etc.)
Kumiterregeln (Fallbeispiele mit
Bewertungen)

Teilnahme- 10 €, für alle Gürtel- und Altersstufen offen
gebühr: Jugendliche unter 14 Jahren halber Preis

Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung

Die Teilnehmerzahl ist auf max 30 Personen begrenzt

Kontakt / Info: jfabian@karate-hd.de