

# Shotokan Symposium 2018

mit Wolf-Dieter **Wichmann** (9.Dan)  
und Alfred Heubeck (7.Dan)

91207 Lauf  
22. September 2018

**Veranstalter:** TSV-Lauf Abt. Karate [www.karate-lauf.de](http://www.karate-lauf.de)

**Ort:** Vereinssporthalle, Röthenbacher Straße 61, 91207 Lauf an der Pegnitz

**Teilnehmer:** Trainer, Prüfer, Karateka mit Interesse an Trainingsmethodik und –Didaktik des modernen und traditionellen Shotokan Karate **ab 3.Kyu.**

**Inhalt:** 5 Zeitstunden  
Anrechnung von **5 UE** auf Verlängerung von **Übungsleiter-** und **Trainerlizenz**  
Verlängerung der Prüferlizenz

**Zeiten:** **12:00 – 14:00** **Karate als Lernfeld für *Gesundes Leben***  
Körperliche und geistige Aspekte im Karatetraining die den modernen Menschen zu einer ausgeglichenen Lebensführung bringen  
Theorie und Praxis

**14:00 – 15:00**  
Fragen zur Prüfung mit Alfred Heubeck (1. Teil)  
Moderne Trainingskonzepte mit traditionellen Techniken

**16:30 – 18:30** **Kata unter dem Thema:**  
Progressive Muskelentspannung

**18:30 – 19:30**  
Fragen zur Prüfung mit Alfred Heubeck (2. Teil)  
Lösung verschiedener Aufgabenstellungen durch Bunkai

**Gebühr:** 30.- € - vor Ort zu entrichten  
**(nicht Danträger 25,-€)**

**Sonstiges:** Haftungsausschluss des Veranstalters  
**Übernachtung nach Voranmeldung**

**Info:** Stefan Schenk Tel. 09123-984619  
Markus Popp [markus.popp@weideanger.de](mailto:markus.popp@weideanger.de)