

# Shotokan Symposium 2020

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

91207 Lauf  
26. September 2020

**Achtung!**

**Bitte unbedingt mit Maske/Mund-Nasenschutz erscheinen, um sie außerhalb des Trainings und bei entsprechenden Anlässen zu tragen!!**

**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  
„**Zanshin**“ – Das Wesen der “Pause“ in Kihon, Kata und Kumite und ihre Verknüpfung mit „*Zanshin*“  
Anrechnung von **5 UE** auf Verlängerung von **Übungsleiter-** und **Trainerlizenz**

<b>Zeiten:</b>	<b>12:00 – 14:00</b>	Fragen zur Prüfung mit Alfred Heubeck
	<b>14:00 – 15.30</b>	<b>Die Pause (Zanshin) in Kihon und Kumite</b> Theorie (das Wesen der Pause mit Zanshin) und das Üben in der Praxis
	<b>15:30 – 16:00</b>	<b>Mittagspause</b>
	<b>16:00 – 18:00</b>	<b>Die Pause (Zanshin) in der Kata</b> Unterschiede im Zanshin in niedrigeren und höheren Kata Theorie und Praxis
	<b>18:00</b>	<b>Ende der Veranstaltung</b>

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

**Sonstiges:** Haftungsausschluss des Veranstalters

**Info:** Markus Popp [post@weideanger.de](mailto:post@weideanger.de)