

Shotokan Symposium 2023

mit Wolf-Dieter **Wichmann** (9.Dan)
und Alfred **Heubeck** (8. Dan)

91207 Lauf
14. Oktober 2023

Veranstalter: TSV-Lauf Abt. Karate 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 Instruktion für traditionelles Karate Shotokan und Fudoshin Ryu.
Details zur Shotokan Prüfungsordnung.

Biomechanische Grundlagen von Tsuki und Keri.
Was ist grundsätzlich zu beachten und wie vermeidet man gesundheitliche Risiken bei langjährigem Training

Woraus ergeben sich die 5 Grundforderungen des Jiyu-Ippon-Kumite (Abstand/ Ippongedanke/ Ausweichen/ Ipponkonter/ Zanshin) und wie lassen sich diese bereits in den vorangehenden Kumiteformen unterrichten

Anrechnung von **5 Stunden** auf die Verlängerung der **Trainerlizenz**
Verlängerung der Prüferlizenz

Achtung!!

Neue Anmelde-
modalität

Bitte unbedingt vorher über die Plattform beim BKB anmelden

Zeiten: **12:00 – 14:30** Biomechanische Grundlagen

15:00 – 18:00 Grundforderungen des Jiyu-Ippon Kumite

18:00 – 18:30 Offene Fragen zur Prüfungsordnung

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

Sonstiges: Haftungsausschluss des Veranstalters

Info: Markus Popp markus.popp@weideanger.de