



# Miyako Kase Ha Karate e.V.

Verein für traditionelles Shotokan-Do in Berlin und Falkensee

1. Vorsitzender: Ulrich Schulze • Friedrich-Engels-Allee 107 • 14612 Falkensee

Tel. +49-(0)3322-43 25 176

## Traditioneller Shotokan-Karate-Lehrgang mit Wolf-Dieter Wichmann

(9. Dan, dreifacher Vizeweltmeister)

### Motto:

**Karate ist eins! Kihon, Kata und Kumite sind eins!!**



**Zeit: 23. und 24. September 2023**

**Ort: Sporthalle der Grundschule an der Bäke,**  
Haydnstraße 15 (Ecke Undinestraße)  
12203 Berlin-Steglitz

Verkehrsverbindungen:

U-Bahn Linie 9 / S-Bahn Linie 1 Bhf. Rathaus Steglitz

Bus 186, M82

Haltestelle Haydnstraße

Bus 283, 285, M85

Haltestelle Manteuffelstraße

### Trainingszeiten:

23. 9. 2023: 9. Kyu – 5. Kyu 11.30-13.00 Uhr Kihon und Kumite  
4. Kyu – Dan 13.00-14.30 Uhr Kihon und Kumiteformen

9. Kyu – 5. Kyu 15.00-16.30 Uhr Kata und Bunkai  
4. Kyu – Dan 16.30-18.00 Uhr Gojushiho Sho mit Bunkai

Während des Lehrgangs werden Kyu-Prüfungen angeboten

Für Trainer 18.00-19.00 Uhr  
Thema: Spannung und Entspannung im Karate  
Die Entwicklung des Rhythmus in der Kata

24. 9. 2023: 9. Kyu – Dan 10.00-12.00 Uhr Gemeinsames Training

Die Teilnahme wird mit 5 Stunden für die Verlängerung der Trainerlizenz anerkannt.

Gebühr: 25,00 € Erwachsene / 20,00 € Minderjährige bei Zahlung vor Ort  
20,00 € Erwachsene / 15,00 € Minderjährige bei Voranmeldung und Überweisung  
eine Woche im Voraus auf untenstehendes Konto

Für Imbiss und Getränke wird gesorgt.

Der Veranstalter schließt jegliche Haftung aus.

#### Kontaktadresse

Ulrich Schulze, Friedrich-Engels-  
Allee 107, 14612 Falkensee  
Tel.: +49 3322 43 25 176

#### Bankverbindung

IBAN: DE88100100100627979102  
BIC: PBNKDEFF  
Postbank Berlin