



Veranstaltungs- information

Was findet statt?

Spezialitäten-Seminar

Genbu-Kai Shito-Ryu Karate im DKV 21./22.04.2018

**Praxis - Karate-Training bis ins hohe Alter nicht nur für die
reifere Generation**

Theorie - Aufbau und Führung eines Dojo

Wann findet es statt?

Praxis: Samstag, 21.04.2018 10.00 bis 13.00 Uhr mit kurzen Pausen
Sonntag, 22.04.2018 10.00 bis 13.00 Uhr mit kurzen Pausen

Wo findet es statt?

Theorie: Samstag, 21.04.2018 15.00 bis 17.00 Uhr

Schule Wilhelmshöhe
Schwartauer Allee 132,
23554 Lübeck

Praxis in der Halle, Theorie im Klassenraum

Wer leitet?

Praxis

Dr. Roman Westfeling, 5. Dan Genbu-Kai Shito-Ryu Karate

Theorie

Michael Stenke, 5. Dan Genbu-Kai Shito-Ryu Karate

Was wird vermittelt?

Praxis:

Kihon: Entwicklung einer kraft-ökonomischen Bewegung unter Berücksichtigung anatomischer Gegebenheiten

Kumite: flexible Ausweichbewegungen

Kata: Entwicklung des Verständnisses für komplexe Bewegungen

Theorie: Wie baue ich ein Dojo auf und wie führe ich es? - Erfahrungswerte

Für wen?

Für alle – stilunabhängig – die sich für diese Themen interessieren und die ein Leben lang Karate betreiben und dabei gesund bleiben wollen

Was kostet das?

Alle Einheiten 30,00 €

Nur Praxisteil 25,00 €

Nur Theorieteil 15,00 €

Nur einen Tag 20,00 €

Woher bekomme ich
Informationen?

info@genbu-kai.de

Tel. 0451 – 121 50 884

Zusätzlicher Hinweis

Am Samstag findet nach dem Theorieteil ab ca. 17.30 die 1. offizielle
Versammlung der Mitglieder der Interessengemeinschaft des Genbu-Kai in
Deutschland statt. Der gewählte Sprecher Michael Stenke lädt dazu separat ein.