

28. Juli - 01. August 2011

in der Eichenbachsporthalle

(beim Schwimmbad) in 77716 Haslach i.K.

Peter Mixa

6. Dan

Arno Funk

5. Dan

Dr. Elke von Oehsen


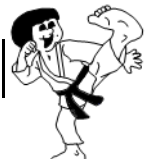
6. Dan

Franz Bohnert

4. Dan

Werner Buddrus

5. Dan

Uhrzeit	Donnerstag			Freitag			Samstag			Sonntag			Mo
09:30	Kihon			Kihon			Kihon			Kihon			DAN - Vorbereitung 9.30-12.30
10:30	Schwerpunkt Tsuki Waza			Schwerpunkt Keri Waza			Schwerpunkt Uchi Waza			Schwerpunkt Renzuku Waza			
10:30	Fuß- techniken	Pinan Kata	Kata / Bunkai	Kata	Fußfeger	Kata Bunkai		Kumite Wettkampf- training Arno Funk		Kihon Kumite	Messer abwehr	Yakusoku	
11:30	5.- 1. Kyu	Nidan / Shodan	Rohai	Chinto	und Würfe	untere Gürtel				6-10	Flow Drill	Kumite	
11:30	Bodenkampf mit Franz Bohnert			Kihon- Kumite	Stock- kampf	Kämpfen und	Kata Pinan Sandan	Idori	Kata Seishan	Sanbon- Kumite	Tanto - Tori	Kata	
13:00				1-5	Doppelstock Flowdrill	Selbst- verteidigung				An- wendung	1-5	Jitte	
14:00 bis 15:30				Kyu Prüfung (Anmeldung bis 15. Juli bei Franz Bohnert)			spezielle Wado- Techniken		Selbstverteidigung				
16.00 Uhr bis 18.00 Uhr	Ohio- Kumite	Pinan Kata	Sanbon Kumite	Andere Kampfkünste						 Ab 16.00 Uhr DAN - Prüfung			
	aus 1-5 bzw. aus 6-10	Yodan/ Godan mit Bunkai	8.- 6. Kyu										

Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung !!!