

Shôtôkan-Karate-Lehrgang

10 Jahre Dôjô Zanshin Leipzig e.V.

mit

Frank Pelný Shihan

7. Dan Karate-Dô Shôtôkan-Ryû
6. Dan Ryûkyû Kobudô Tesshinkan
4. Meistergrad SoCO
Trainer-A und Prüfer-A im DKV e.V.



Dôjô Zanshin Leipzig e.V. lädt am Samstag

18.10.2025

zum gemeinsamen Training ein.

Wo?

Schulsporthalle Susanna-Eger-Schule An der Querbrenite 6
04129 Leipzig (Parkplätze sind vor Ort vorhanden)

Trainingszeiten?

10:00 Uhr – 11:00 Uhr/ ab 9. KYU

11:15 Uhr – 12:15 Uhr/ ab 5. KYU

13:00 Uhr – 14:00 Uhr/ ab 9. KYU

14:15 Uhr – 15:15 Uhr/ ab 5. KYU

15:30 Uhr – 16:30 Uhr /alle ab 16 Jahre Kobudô mit Bô

Die Gruppen werden vor Ort eingeteilt. Bô bitte selbst mitbringen!

Themen?

Grundlagentechniken, Koordination und biomechanische Grundlagen in der Bewegung im Karate, Einsatz der Hüfte

Tickets?

Kinder + Jugendliche bis 14 Jahre 15,00 €, ab 15 Jahre 20,00 €

Verpflegung?

Kleiner Imbiss wird vorbereitet.

Ansprechpartner?

Dieter Lau (0171/8512610) + Ulrike Berndt (0176/ 34407637)

Bei Teilnahme an allen Einheiten werden 3 Std. als Trainerfortbildung angerechnet.

Haftungsausschluss/ Datenschutz: Veranstalter, Ausrichter und Trainer lehnen die Haftung für Personen- und Vermögensschäden ab. Die Teilnehmer erklären sich mit der Veröffentlichung von Bildaufnahmen im Rahmen der PR-Arbeit einverstanden. Die Bildrechte gehen an den Ausrichter über. Während der Abnahme von KYU-Prüfungen wird ausdrücklich untersagt, Bild-, Ton und/ oder Videoaufnahmen anzufertigen.