

KOSHINKAN



Koshinkan Karate ist eine konsequente Fortführung der traditionellen Karate-Stilrichtungen hin zu einem zeitgemäßen, praxis- und zukunftsorientierten Karate.



Koshinkan Stilrichtungstag Land Brandenburg

- Datum:** 09.09.2023
- Ort:** Sport- und Bildungszentrum Lindow
16835 Lindow (Mark), Granseer Str. 10
- Teilnehmer:** Für alle, die an der Stilrichtung Koshinkan interessiert sind!
Stilrichtungs- und Verbands offen!
- Einlass:** 09.30 Uhr
- Beginn:** 10.00 Uhr
- Ende:** 19.00 Uhr
- Referenten:** Züllich Sensei (Stilrichtungsreferent Brandenburg),
Proft (Jannig) Sensei, Zehbe Sensei (beide Koshinkan-Instructoren)
- Thema:** Kata, Kumite, Bunkai, Goshin, Koshinkan-Formen, Würfeln u.v.m.
Tonfa und Bo-Katas (Tonfa und Bo bitte mitbringen)
- Kosten:** der Lehrgang ist für alle Teilnehmer kostenlos!

Wenn das Wetter großartig ist, können alle Nichtteilnehmer einen schönen Spaziergang um den See machen, Baden gehen oder sogar die Schwimmhalle nutzen. In den Pausen kann man Essen und Trinken auf eigene Kosten in der Sportschule im Bistro erwerben. Auch kann man sich eine Mittagessens-Marke kaufen und in der Küche sein Wahlessen zu sich nehmen.

Das Koshinkan-Team-Brandenburg freut sich Euch vor Ort zu begrüßen!



**Karate Dachverband
Land Brandenburg e.V.**

Weitere Informationen gibt's bei Züllich Sensei unter 0175-148 19 68

Haftungsausschluss: Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung.

Ablaufplan

Bitte bei der Rezeption anmelden und in die Teilnehmerliste eintragen.

Die Tagesnutzungsgebühren der Einrichtung werden durch die Stilrichtung Koshinkan vom Landesverband getragen.

Zeit	Thema
10.00 Uhr bis 11.00 Uhr	Eröffnungstraining Züllich Sensei
11.00 Uhr bis 12.00 Uhr	Waffen der Kinder für die Gewaltprävention Proft Sensei
12.00 Uhr bis 13.00 Uhr	Sonoba Kata Zehbe Sensei
13.00 Uhr bis 14.00 Uhr	Mittagspause
14.00 Uhr bis 15.00 Uhr	Ashi- & Taisabaki mit Koshinkan-Formen Proft Sensei
15.30 Uhr bis 16.30 Uhr	Taikyoku Shodan no Bo / no Tonfa Zehbe Sensei
<i>16.30 Uhr bis 17.00 Uhr</i>	<i>Prüferlizenzlehrgang für Prüfer und Anwärter</i> <i>Züllich Sensei</i>
16.30 Uhr bis 17.00 Uhr	Pause
17.00 Uhr bis 18.00 Uhr	Goshin Züllich Sensei
18.00 Uhr bis 19.00 Uhr	Abschlusstraining Züllich Sensei
19.00 Uhr bis 20.00 Uhr	Abendessen
Ab 20 Uhr	Disko im Objekt

Bitte bringt Essen und Trinken für Euch mit.
Ein Bistro ist vor Ort geöffnet.
Mittagessen und Abendessen ist nicht möglich!

Änderungen im Zeitablauf und den Themen können vorkommen!
Wir reagieren damit entsprechend auf die Teilnehmer!

Weitere Informationen gibt's bei Züllich Sensei unter 0175-148 19 68
Haftungsausschluss: Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung.