

KARATE-DO EIN WEG VERBINDET.

26. November 2016 · Samstag · 12:00 bis 18:00 Uhr

LEHRGANG

t o g
r f e
a f m
d e e
i n i
t n s
o a
n m
e
|
|



Manfred Henkel



Keigo Shimizu



Rolf Kringe



Kasim Keles



Jörg Reuß



Michael Hoschino



Thomas Prediger



Chin Ying Sung-Heitz



Seoung-Sook Park

keine Lehrgangsgebühr
leckere Verpflegung (gegen Entgelt)
Marivent Sauna (gegen Entgelt)

Ausrichter:
Wellnesspark Siegburg
SC Taisho Siegburg e.V.

Ort:
Zeithstraße 100
53721 Siegburg

Kontakt:
Thomas Prediger
Mobil +49 171 1884894
thomas-prediger@web.de

Haftung:
Der Ausrichter lehnt jegliche Haftung ab.



KARATE-DO EIN WEG VERBINDET.

26. November 2016 · Samstag · 12:00 bis 18:00 Uhr

**P
R
O
G
R
A
M
M**

v
i
e
l
l
f
a
e
l
t
i
g

Zeitplan	Hallen			
	Halle 1	Halle 2	Halle 3	Halle 4
12:00 - 12:45 Uhr	Reuß Kumite Formen	Sung-Heitz Kata Heian Yondan	Shimizu Effiziente Body Controll	—
13:00 - 13:45 Uhr	Hoschino Karate Ekletik - Krav Maga	Kringe Karatestände	Henkel Karate richtig verstehen	Park Kata Heian Godan
14:00 - 14:45 Uhr		Sung-Heitz Kata Nijushiho		Reuß Ippon Kriterien
15:00 - 15:45 Uhr	Prediger Randori	Kringe Karatestände	Shimizu Effiziente Body Controll	Keles Hebel und Würfe
16:00 - 16:45 Uhr	Prediger Shiai		Keles Hebel und Würfe	Park Kata Gankaku
17:00 - 17:30 Uhr	Prediger · Reuß · Sung-Heitz · Shimizu · Hoschino · Kringe · Henkel · Keles · Park Abschlustraining Choku zuki		—	—
Im Anschluss ist Zeit für Fotos, Fragen und Gespräche.				

**keine Lehrgangsgebühr
leckere Verpflegung (gegen Entgelt)
Marivent Sauna (gegen Entgelt)**

TAISHO
SPORTS CLUB
SIEGBURG



MARIVENT
Sauna

Ausrichter:
Wellnesspark Siegburg
SC Taisho Siegburg e.V.

Ort:
Zeithstraße 100
53721 Siegburg

Kontakt:
Thomas Prediger
Mobil +49 171 1884894
thomas-prediger@web.de

Haftung:
Der Ausrichter lehnt jegliche Haftung ab.