

# Shotokan Karate Lehrgang

## Kata und Bunkai

am 06. Mai 2017 in Mönchengladbach  
mit Dan-Prüfungen und Lizenzverlängerung

## Schahrzad Mansouri

5 DAN Shotokan Karate  
A-Trainerin im DKV  
Langjährige Bundesjugendtrainerin Kata/Schüler  
9-fache Deutsche Meisterin Kata  
6-fache Shotokan World-Cup Siegerin Kata

## Sigi Hartl

5 DAN Shotokan Karate  
A-Trainer im DKV  
Langjähriger Bundesjugendtrainer Kata/Jugend  
8-facher Deutscher Meister Kata  
2-facher Shotokan World-Cup Sieger Kata



**Ort:** Sporthalle Krahnendonk  
Gatherskamp 75  
41066 Mönchengladbach

**Gebühr:** 25 Euro (Lehrgang)

### Trainingszeiten:

11:00 - 12:00 Uhr 9.- 5. Kyu und 4. Kyu – Dan  
12:00 - 13:00 Uhr Pause  
13:00 - 14:00 Uhr 9.- 5. Kyu und 4. Kyu - Dan  
14:00 - 15:00 Uhr Pause und Kyu-Prüfungen <sup>1)</sup>  
15:00 - 16:00 Uhr 9.- 5. Kyu und 4. Kyu - Dan  
anschließend Dan-Prüfungen <sup>2)</sup>, parallel  
16:30 - 18:00 Uhr Theorieinheit Lizenzverlängerung

Lizenzverlängerung: Anerkennung mit 5 LE zur Lizenzverlängerung bei Teilnahme an drei Praxis- und der Theorieinheit (Thema: Kyusho-Jitsu im Shotokan, Herkunft und Bedeutung inkl. Anwendungen. Ref.: Holger Schroers)  
Vor Anmeldung für die Lizenzverlängerung max. 30 Teilnehmer.

Ausrichter: Sho-Dai Karate Post & Telekom Mönchengladbach e.V.  
Kontakt: Dojo-Leiter: Rainer Wenzel, E-Mail: rainer@sho-dai.de, Telefon: 02161 / 540797

Sonstiges: <sup>1)</sup> Für Kyu-Prüfungen, Prüfungsmarken und Urkunden bitte mitbringen!  
<sup>2)</sup> Dan-Prüfungen vorher über den DKV anmelden. Zur Dan-Prüfung ist die Teilnahme an allen 3 Trainingseinheiten erforderlich.



Mit der Teilnahme wird Einverständnis zur Bildveröffentlichung erklärt!  
Ausrichter übernimmt keine Haftung! Änderungen sind vorbehalten!

