

Shotokan-Karate-Dojo Montabaur

Karate-Lehrgang „Seltene Katas Total!“

Chinte  Shito-Ryu Sochin  Hangetsu

+ Bunkai + Prüfungsvorbereitung + Einheiten für Kinder



Marcus Gützmer (7. Dan)



Marcus Rückert (4. Dan)



Marc Janott (4. Dan)

Samstag 07. März 2026 in Montabaur

09:30 – 09:45 Uhr	Kinder – Begrüßung
09:45 – 10:30 Uhr	Kinder – Teil 1
10:45 – 11:30 Uhr	Kinder – Teil 2
Ab 11:45 Uhr	Kinder – Kyu-Prüfungsmöglichkeit

10:00 – 11:30 Uhr	Prüfungsvorbereitung (9.-1. Kyu: Kihon, Kumite, Kata) für alle, auch für Nicht-Prüflinge
Ab 11:45 Uhr	Kyu-Prüfungsmöglichkeit
13:30 – 14:00 Uhr	Aufwärmen und Begrüßung
14:00 – 15:00 Uhr	Chinte Kata (neu lernen) Chinte Kata (vertiefen)
15:30 – 16:30 Uhr	Chinte Kata Bunkai Sochin Kata (Shito-Ryu)
17:00 – 18:00 Uhr	Hangetsu Kata (u.a. Parallelen zur Shito-Ryu Sochin)

Anmerkungen:

Wenn Ihr Euch vorab anmeldet, erleichtert Ihr uns die Planung.

Für Verpflegung ist gesorgt.

Während des Lehrgangs werden Foto-/Video-Aufnahmen gemacht.

Diese werden ggf. zur Berichterstattung (Internet, Zeitung usw.) veröffentlicht.

Wenn Ihr nicht mit aufs Bild wollt, teilt uns das bitte zu Beginn des Lehrganges mit.

Die Haftung des Ausrichters beschränkt sich auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit.

Kosten Kinder 15,- €
Erwachsene 20,- €

Kyu-Prüfungen – Bitte vorab anmelden!

ab 11:45 Uhr

Erwachsene spätestens 10:45 Uhr da sein (Pässe/Aufwärmen)

Urkunden und Prüfungsmarken sind vorhanden.

Shotokan, SOK und Shito-Ryu möglich

Ort Kreissporthalle I
Von-Bodelschwingh-Straße 31
56410 Montabaur


www.skdm.de/event



Ausrichter: Shotokan Karate-Dojo Montabaur

www.shotokan-karate-montabaur.de

Kontakt: Marc Janott / 0177-8231271 / sportwart@skdm.de