

Shotokan-Karate-Dojo Montabaur

Karate-Lehrgang „Seltene Katas Total!“

Chinte 🙌 Shito-Ryu Sochin 🦊 Hangetsu

+ Bunkai + Prüfungsvorbereitung + Einheiten für Kinder

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)	

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



Marcus Gutzmer (7. Dan)



Marcus Rückert (4. Dan)



Marc Janott (4. Dan)

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 Lehrgangs mit.

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



Ausrichter: Shotokan Karate-Dojo Montabaur

www.shotokan-karate-montabaur.de

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