

25. KARATE - SOMMERLEHRGANG

15.08. - 18.08.2019

Budokan Wels



Dario Marchini

7-facher Weltmeister, 20-facher Europameister



Mag. Ewald Roth
Tel. +43-664-1607138
e.roth@karatedo.at
www.karatedo.at

Lehrgangsgebühr 75.--
Registrierung: 15.08.2019
ab 18.00 Uhr im Dojo

Christina Restelli

4-fache Weltmeisterin
18-fache Europameisterin

Budokan Wels Austria
Pulverturmstr. 5
www.budokan.at



Trainingseinteilung

		Gruppe A		Gruppe B		Gruppe C	
Donnerstag 15.08.19	19.00 - 19.50	Kihon und Kumite					
	19.50 - 20.00	Pause					
	20.00 - 21.00	Heian 1 + Bunkai	Boccuni	Bassai Dai	Restelli	Heian 5 Ōyō Bunkai	Marchini
Freitag 16.08.19	19.00 - 19.50	Kihon und Kumite					
	19.50 - 20.00	Pause					
	20.00 - 21.00	Heian 2 + Bunkai	Boccuni	Bassai Dai + Bunkai	Marchini	Bassai Dai Ōyō Bunkai	Restelli
Samstag 17.08.19	09.30 - 10.20	Kihon und Kumite					
	10.20 - 10.30	Pause					
	10.30 - 11.30	Heian 3 + Bunkai	Restelli	Jion	Boccuni	Tekki Ōyō	Marchini
	14.30 - 15.25	Heian 4 + Bunkai	Restelli	Jion + Bunkai	Marchini	Kankū Shō + Bunkai	Boccuni
	15.25 - 15.35	Pause					
	15.35 - 16.30	Heian 5	Boccuni	Kankū Dai	Restelli	Bassai Shō + Bunkai	Marchini
Sonntag 18.08.19	09.00 - 09.55	Heian 5 + Bunkai	Marchini	Kankū Dai + Bunkai	Boccuni	Gankaku + Bunkai	Restelli
	09.55 - 10.05	Pause					
	10.05 - 11.00	Heian 3 - 4 - 5	Boccuni	Bassai Dai Jion Kankū Dai	Restelli	Gankaku Bassai Shō Kankū Shō	Marchini

