

VERBAND DER WIENER KARATE-DO VEREINE

BREITENSSPORT-EVENT

Traditionelles Karate

mit Franz Peischl

Thema	Traditionelles Karate Vorkenntnisse notwendig: 6. Kyu <i>Kostenlos für Vereinsmitglieder der Mitgliedervereine des Wiener Landesverbands sowie Karate Austria-Mitglieder – gefördert von Karate Austria</i>
Wann	15.03.2025 13:00 - 16:30 Uhr
Ort	Drorygasse 8 1030 Wien
Link zur Anmeldung	Bitte meldet euch unter dem folgenden Link an: Formular zur Anmeldung

Verband der Wiener Karate-Do Vereine

Ruthnergasse 172/87, 1210 Wien

info@karate-verband-wien.at | www.karate-verband-wien.at

BIC: GIBAATWWXXX | IBAN: AT61 2011 1000 0552 1955



Beschreibung

Thema: Kata im Spannungsfeld zwischen Ästhetik und Kampfschulung!

Kata vereint sowohl ästhetische als auch kampfpraktische Aspekte. Doch welche Prinzipien sind entscheidend, wenn Kata je nach Trainingsziel – sei es für Prüfungen, Wettkämpfe oder die Anwendung in der Praxis – unterschiedlich interpretiert und ausgeführt wird?

Dieser Workshop widmet sich der detaillierten Analyse zentraler Elemente der Kata. Anhand ausgewählter Sequenzen oder vollständiger Kata, die situativ auf die Teilnehmenden abgestimmt werden, untersuchen wir essenzielle Aspekte wie präzise Stellungen und eine stabile Körperhaltung, korrekte Atmung und gezielte Körperspannung sowie fließende Übergänge, präzise Wendungen, Rhythmus und Timing. Ein besonderer Fokus liegt auf der Unterscheidung zwischen Kata als angewandte Kampfkunst (Bunkai) und der für Wettkämpfe.

Die Teilnahme steht allen Karateka ab dem 6. Kyu offen. Auch wenn der Workshop auf Shotokan-Kata basiert, sind Übende aller Stilrichtungen herzlich willkommen. Der Fokus liegt nicht auf dem Erlernen einer neuen Kata, sondern auf einem tieferen Verständnis der zugrunde liegenden Prinzipien.

Über Eure Teilnahme würden wir uns freuen und verbleiben mit sportlichen Grüßen,

Verband der Wiener Karate-Do Vereine

Verband der Wiener Karate-Do Vereine

Ruthnergasse 172/87, 1210 Wien

info@karate-verband-wien.at | www.karate-verband-wien.at

BIC: GIBAATWWXXX | IBAN: AT61 2011 1000 0552 1955

