

Samstag, 27. Januar 2024

Bünde/Westfalen

Tim Milner 5. Dan

Bundesassistentz-Trainer im DKV
Mehrfacher Deutscher Meister
3. Platz EM + WM
A-Trainer, A-Prüfer Shotokan



Alexander Kröger 6. Dan

Trainer für Gewaltschutz & Breitensport
A-Trainer Selbstverteidigung
A-Prüfer Shotokan

KARATE

10:00-10:30	Begrüßung, Lehrgangsfoto und gemeinsames Aufwärmen Sporthalle, Tim & Alex	
10:30-11:00	Randori mit Vorgaben Sporthalle, Tim	
11:15-12:15	<i>Kids Spezial bis 13 Jahre</i> Stark durch Karate Gymnastikhalle, Alex	Vom Kihon zum Kumite Sporthalle, Tim
12:30-13:30	Techniktraining fürs Kumite Gymnastikhalle, Tim	<i>Ab 14 Jahre</i> Kombinationen für Training, Prüfung und SV Sporthalle, Alex
Pause		
14:30-15:30	Taktik im Kumite Gymnastikhalle, Tim	Dynamische Flexibilität in Kihon und Kata Sporthalle, Alex
15:45-16:45	Randori mit Vorgaben Gymnastikhalle, Tim	Gürtelprüfungen (9.-1. Kyu, Shotokan, DKV) Sporthalle, Alex

Wer Prüfung machen möchte, muss sich dafür per E-Mail bis zum 25. Januar anmelden.

Zuschauer/innen sind willkommen, Café ist geöffnet.
Veranstaltungsort: **BTW-Sporthallen im „Sportzentrum Mitte“, Zum Freibad 21, D-32257 Bünde.**
Parkplatz, z.B.: Bismarckstraße (Freibad).

Lehrgangsgebühr bitte an der Kasse passend bereithalten:

- 20 EUR Erwachsene
- 15 EUR Schüler, Studenten, Azubis, Rentner
- Kostenlos für BTW-Karate-Mitglieder

Infos (und Anmeldung zur Gürtelprüfung): Alexander Kröger, ☎ (05223) 44918, ✉ lehrgang@btw-karate.de

Foto- und Filmaufnahmen: Während der öffentlichen Veranstaltung werden Foto- und Filmaufnahmen gemacht. Der Veranstalter verarbeitet diese Daten zur Wahrung seiner berechtigten Interessen gemäß Artikel 6 Abs. 1 Buchstabe f DSGVO nach einer Interessenabwägung für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. **Veranstalter:** Bänder Turnverein Westfalía von 1862 e.V. (BTW), Abteilung Karate. **Haftung** des Vereins und seiner Hilfspersonen für Personen- und Sachschäden ist ausgeschlossen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit. **Mitglied im Deutschen Karate Verband (DKV).**



www.btw-karate.de



Bünde

Tipps & Termine

Samstag, 13. April 2024
Kata-Lehrgang in Bünde
mit

Holger Boetzel
Andreas Di Leva
Alexander Kröger
Vinzenz Skrzypek

Donnerstag, 09. Mai 2024
(Feiertag: „Christi Himmelfahrt“)
Dan-Prüfung in Bünde

Shotokan 1.-5. Dan.

Nur Prüfung, kein Lehrgang.
DKV-Prüfer:
Alexander Kröger, Tim Milner