Karate Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V.
Mitglied im DKV und DOSB

8. Shotokan-Tag im KDNW
05.07.2025 in Bergisch Gladbach

(9. Dan) Bernhard Milner
(8. Dan) Rainer Katteluhn
(8. Dan) Georg Karras
(7. Dan) Wolfgang Henkel
(7. Dan) Frawi Tönnis

Alexander Kröger (6. Dan)
Hardy Berscheid (6. Dan)
Eva Mona Altmann (5. Dan)
Tahir Servan (5. Dan)
Dennis Krämer (5. Dan)
Yannick Drescher (3. Dan)

Zeiten	Halle 1	Halle 2	Halle 3
10:00 -11:00	**Yannick Drescher** Kata Nijushiho	**Frawi Tönnis** Meikyū	**Georg Karras** Kata Sochin
11:15 -12.15	**Dennis Krämer** mentale Vorbereitung im Wettkampf (Theorie)	**Rainer Katteluhn** Vom Braungurt zum Schwarzgurt	**Wolfgang Henkel** Sochin Bunkai
12:30 -13:30	**Hardy Berscheid** Kata Wankan	**Wolfgang Henkel** Gelenkmanipulation Kansetsu-Waza	**Bernhard Milner** Kata Jitte
13:30 -14:15	**Pause**		
14:15 -15:15	**Bernhard Milner** Anwendung aus Kihon und Kata	**Georg Karras** Kata Gojushiho Sho	**Tahir Servan** seltene Blocktechniken mit Bunkai
15:30 -16:30	**Hardy Berscheid** Jyu Ippon Kumite für Prüfungen	**Eva Mona Altmann** Tiger meets Dragon Selbstverteidigung	**Alexander Kröger** Kakie - Klebende Hände im Nahkampf

Ausrichter und Veranstalter schließen eine Haftung gegen Fahrlässigkeit aus. Mit der Teilnahme erklärt sich der Teilnehmer mit der Veröffentlichung seiner Bild- und Videoaufnahmen im Rahmen der Berichterstattung einverstanden.

Nelson-Mandela-Gesamtschule
Ahornweg 70
51469 Bergisch Gladbach

für Essen und Trinken ist gesorgt (Cafeteria vor Ort)
Teilnahme am Lehrgang ist kostenlos
Lehrgang wird für die Trainerlizenzverlängerung anerkannt (5 Punkte)