



SC Rodau 1972 e.V. Karate u. Kobujutsu

# KATA KIHON

ERLERNEN | VERTIEFEN | ANWENDEN

## KARATESEMINAR mit Thorsten Steiner & Jörg Rippert

**Thema:** Bewegungsprinzipien des Shotokan Karate und des Shorin Ryu Karate ( Shurite/ Tomari Linie Okinawa) in Kihon und in der Kata.

**Schwerpunkte:** Enbusen, Seikusen und Einsatz von Gamaku

**SAMSTAG, 30. NOVEMBER 2024**

### Trainingszeiten

Für den Lehrgang werden **2 LE**  
(Trainerlizenz) anerkannt.

10:00–11:00 Uhr	<b>Rippert</b>	Shorin Ryu
11:15–12:15 Uhr	<b>Steiner</b>	Shotokan Ryu
13:00–14:00 Uhr	<b>Rippert</b>	Shorin Ryu
14:15–15:15 Uhr	<b>Steiner</b>	Shotokan Ryu



**Teilnahmevoraussetzungen:** Ab 16 Jahren, 3. Kyu

**Gebühr:** 30 €

**Teilnehmeranzahl:** max. 50

**Adresse:**

Jakob-Delp-Halle  
Wiesenpromenade 5  
64673 Zwingenberg

“ —  
Wer das Alte sucht, kann das Neue verstehen.  
Das Alte, das Neue, das ist eine Frage der Zeit.  
In allen Dingen muss der Mensch einen klaren Verstand haben.  
(Sensei Gichin Funakoshi) — ”

Ausrichter: SC Rodau 1972 e.V. Karate u. Kobujutsu Der Ausrichter und Veranstalter lehnen die Haftung für Personen- und Sachschäden jeglicher Art ab. Die Teilnehmer erklären sich mit der Nutzung der Veröffentlichung von Bildmaterial einverstanden.