



Der Sebnitzer Karateverein Kaku-Dojo e.V. lädt anlässlich seines  
25jährigen Bestehens ein zu einem

# Kampfkunst-Lehrgang

mit **Kyoshi Jamal Measara**

(8. Dan Karate, 8. Dan Kobudo, 7. Dan Aikido  
Stilrichtungsreferent SOK-Kobudo im DKV und SKB)

- Wann: Samstag, 05.09.2015  
Wo: Turnhalle des Goethe-Gymnasiums Sebnitz  
(Weberstr. 1, 01855 Sebnitz)  
Für wen: Alle Kampfsportler und  
Kampfsportinteressierten  
Was kostet's: 25 Euro  
Trainingsplan: 10:00-11:15 Bo (Kihon)  
11:30-12:45 Bo (Kumibo)  
13:15-14:30 Bo (Kata) oder Sai/Tonfa  
14:15-16:00 Aikido für Karatekas (s.u.)

Bitte Waffen selbst mitbringen.\* In der 3. Einheit bieten wir entsprechend der Anzahl an Teilnehmern und vorhandenen Waffen entweder Sai oder Tonfa und parallel Bo Kata an. Die 4. Einheit beinhaltet Bunkai von Karate-Katas mit Hilfe von Aikido-Techniken.

\* Als Bo eignet sich z.B. ein Rundholz aus dem Baumarkt (2,5-3 cm Durchmesser, Länge ca. 182 cm bzw. Körpergröße+10 cm).

Haftungsausschluss: Der Ausrichter und die Lehrgangsleitung, insbesondere der Sebnitzer Karateverein Kaku-Dojo e.V., seine Mitglieder und Beauftragten, sowie eingeladene Trainer, übernehmen keinerlei Haftung für Schäden jeglicher Art.

**Kontakt:** Anschrift: Sebnitzer Karateverein „Kaku-Dojo“ e.V.  
Karl-Marx-Str. 8  
01844 Neustadt/Sa.  
Telefon: 03596 501032  
E-Mail: Roland Beyer (1. Vorsitzender)  
roland@kaku-dojo.de  
Internet: <http://www.kaku-dojo.de>