

# WADO-Weekend 2012

Das Wado Weekend ist diesmal nach Graduierungen aufgeteilt  
**Pfad 1 für 8. – 2. Kyu / Pfad 2 ab 1. Kyu – Dan**  
**Jeder Trainingspfad umfasst prüfungsrelevante Inhalte**

<b>Samstag 21. Juli 2012</b>			
	<b>Karatehalle</b>	<b>Turnhalle</b>	<b>Judohalle</b>
09.30 – 11.00	Gemeinsames Training Olaf Gundel		
	<b>Pfad 1</b>	<b>Pfad 2</b>	
11.30-13.00	<b>Ippon Kumite 1-5</b> <b>Ohyo Kumite 1-3</b> Stief / Hampel	<b>Kata Naihanshi</b> <b>Kata Seishan</b> Schäfer / Gundel	<b>Selbstbehauptung / SV</b> Anke u. Jürgen Berg
13.30-15.00	<b>Keri, Tsuki</b> <b>unter takt. Gesichtsp.</b> Knöbl / Schlaug	<b>Kihon Kumite 1-7</b> <b>Tantodori 1-5</b> Stief / Yildirim	<b>Kobudo</b> <b>(Bo, Sai)</b> Schäfer
15.30-17.00	<b>Kata Pinan Sandan</b> <b>Kata Kushanku</b> Hampel / Schlaug	<b>Kata Wanshu</b> <b>Kata Basai</b> Schäfer / Gundel	<b>Katori</b> <b>(Schnuppertraining)</b> Schmid
17.15 – 18.30	<b>DAN-Vorbereitung</b> Stief / Summerer	<b>Für alle:</b> <b>Uchi-waza</b> Gundel	
anschließend	<b>Gemütliches Beisammensein</b>		
<b>Sonntag 22. Juli 2012</b>			
08.00 – 09.00	<b>DAN-Vorbereitung</b> Stief / Summerer		<b>Zazen</b> Anke und Jürgen Berg
	<b>Pfad 1</b>	<b>Pfad 2</b>	
9.30-11.00	<b>Ippon Kumite 6-10</b> <b>Ohyo Kumite 4+5</b> Stief / Yildirim	<b>Freie Kata-Anwendungen</b> Schlaug / Knöbl	<b>Selbstbehauptung / SV</b> Anke u. Jürgen Berg
11.30-13.00	<b>Keri, Tsuki</b> <b>unter takt. Gesichtsp.</b> Knöbl / Schlaug	<b>Kihon Kumite 1-7</b> <b>Tantodori 1-5</b> Stief / Yildirim	<b>Kobudo / Katori</b> <b>(Bo, Tonfa)</b> Schäfer / Schmid
13.30-14.30	<b>Gemeinsamer Abschluss</b>		