

Wado-Pfingstlehrgang/Wado-Pentecost Course 11.06.2011 – 13.06.2011 in Berlin
Shuzo Imai (8. Dan), Takamasa Arakawa (6. Dan JKF Wadokai), Christina Gutz (5. Dan)
Trainingsplan/Training Schedule

Bitte Tanto und Bokken mitbringen! Please bring Tanto and Bokken!

Es werden folgende Bereiche angeboten/Following groups will be offered:

1. **Gemeinsames Training für alle Teilnehmer/Collective training all participants**
2. **Training jeweils für 9. – 4., ab 3. Kyu /Training 9. – 4., 3. Kyu to Dan**
3. **Kindertraining/Training for children**

Zeiten/Times	Samstag, 11.06.2011	Sonntag, 12.06.2011	Montag, 13.06.2011
10:00 Uhr - 12:00 Uhr	<p>Gemeinsames Training/ Collective warming up</p> <p>9. – 4. Kyu: ab 3. Kyu: Gutz Imai Kihon: Kihon: Techniktraining Techniktraining</p> <p>Kindertraining bis 12 Jahre/ Training for children until 12 years: Arakawa</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>	<p>Gemeinsames Aufwärmen/ Collective warming up</p> <p>9. – 4. Kyu: ab 3. Kyu: Imai Arakawa Ohyo Kumite 1 - 3 Kihon Kumite 6 - 10</p> <p>Kindertraining bis 12 Jahre/ Training for children until 12 years: Gutz</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>	<p>Gemeinsames Aufwärmen/ Collective warming up</p> <p>9. – 4. Kyu ab 3. Kyu ab 1. Dan Gutz Arakawa Imai Partner- SV, SV gegen Dan-Vorber. übungen Messerangriffe/ self defence and self defence against knife attacks</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>
13:00 Uhr - 14:30 Uhr	<p>Gemeinsames Aufwärmen/ Collective warming up</p> <p>9. – 4. Kyu: ab 3. Kyu: Arakawa Imai Pinan Kata Wanshu + Bunkai + Bunkai</p> <p>Kindertraining bis 12 Jahre/ Training for children until 12 years: Gutz</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>	<p>Gemeinsames Aufwärmen/ Collective warming up</p> <p>Gemeinsames Training/ Collective training Imai, Arakawa, Gutz Idori Tanto-Dori Tachi-Dori</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>	<p>13:00 Uhr Dan-Prüfung/Dan-Examination</p> <p>Prüfungskommission/ Board of Examiners</p> <p>DKV: Imai, Alscher, Gutz</p> <p>Prüfungskommission/ Board of Examiners</p> <p>JKF Wadokai Sohonbu (1. – 3. Dan): Imai, Gutz, Gäbel</p>
15:00 Uhr - 17:00 Uhr 17:00 Uhr	<p>Gemeinsames Aufwärmen/ Collective warming up</p> <p>9. – 4. Kyu: ab 3. Kyu: Imai Arakawa Kihon Kumite Niseishi 1, 2, 3 + Bunkai</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>	<p>Gemeinsames Aufwärmen/ Collective warming up</p> <p>Gemeinsames Training/ Collective training Imai, Arakawa, Gutz Idori Tanto-Dori Tachi-Dori</p> <p>Gemeinsamer Abschluss/Collective close</p>	
	Demonstration	<ul style="list-style-type: none"> • Kyu-Examination: N. N. • Seminar for instructors and examiners: Arakawa, Imai, Gutz 	