

Wado-Kai Herbstlehrgang in Meißen

25. - 27. Oktober 2024

Sporthalle der Afra Grundschule, Leipziger Str. 65, 01662 Meißen
(Mit Prüferlehrgang Wado-Kai Sachsen)


Wado Kai
Trainer & A-Prüfer

Dr. Elke von Oehsen
Werner Buddrus

9. Dan Wado-Kai
7. Dan Wado-Kai

Franz Bohnert
Andre Jätzschmann

6. Dan Wado-Kai
5. Dan Wado-Kai

Zeit / Tag	Freitag, 25.10.2024	Samstag 26.10.2024	Sonntag 27.10.2024				
10:00-11:00		RENZUKO WAZA		KIHON KERI WAZA			
11:00-12:00		Kihon Kumite 4-7	Tanto Tori 1-5	UKE WAZA	Arbeit an Pratzen mit verschiedenen Anwendungen	Kata (Kushanku, alternativ Jion)	Sanbon Kumite (7.-5. Kyu) *
12:00-13:00		Idori 1-4	Kata (4.-1. Kyu)	Ohyo Kumite 1-3	alle Katas im Durchlauf		Kyusho
		Pause			ab 13:00 Uhr Kyu-Prüfungen		
14:00-15:00		UCHI WAZA			<p>*unter Vorbehalt: Wado-Kai Sachsen Prüfer-Lehrgang ab 11 Uhr</p> <p>Achtung: Kinder bis 7. Kyu bzw. 13 Jahre werden Freitag und Samstag separat betreut! (siehe Trainingsplan Kinder)</p>		
15:00-16:00		Partnerübungen für Prüflinge (frei mit Betreuung)	Dan Kata	Wado-Prinzipien			
17:00-18:00		Ab 16:00 Uhr Dan-Prüfung					
18:00-19:00		Ab 16:30 Uhr Kultur durch Meißen mit Carsten und Alex.					
19:00 – 20:00		Ab ca. 18:30 Uhr geselliges Beisammensein.					
18:00-19:00		KIHON TSUKI WAZA					
19:00 – 20:00	Dan Kata	Ohyo Kumite 4-7	Kata 9.-5. Kyu				
20:00-21:00	Sanbon Kumite (4.-1. Kyu)	Kihon Kumite 1-3	Kinder- und Jugendtrainer (Partnerübungen)				

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.

Die Teilnahme am Lehrgang bestätigt das Einverständnis, Bilder oder Filmaufnahmen für die Veröffentlichung (z.B. Homepage, Tageszeitung) freizugeben.