

WADO-Weekend 2011

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

Samstag 16.Juli 2011			
	Karatehalle	Turnhalle	Judohalle
09.30 – 11.00	Gemeinsames Training Olaf Gundel		
	Pfad 1	Pfad 2	
11.30-13.00	Ippon Kumite 1-5 Ohyo Kumite 1-3 Stief / Hampel	Kata Naihanshi Kata Chinto Schäfer / Gundel	Kindertraining Selbstbehauptung / SV Anke u. Jürgen Berg
13.30-15.00	Keri, Tsuki, Uchi Knöbl / Schlaug	Kihon Kumite 1-7 Tantodori 1-5 Stief / Yildirim	
15.30-17.00	Kata Pinan Sandan Kata Kushanku Hampel / Schäfer	Kata Seishan Kata Basai Stief / Gundel	
17.15 – 18.00	Wieso, Weshalb, Warum Frage und Antwort Alle Teilnehmer / Trainer		
anschließend	Gemütliches Beisammensein		
Sonntag 17. Juli 2011			
08.00 – 09.00			Zazen Anke und Jürgen Berg
	Pfad 1	Pfad 2	
9.30-11.00	Ippon Kumite 6 -10 Ohyo Kumite 4 + 5 Stief / Hampel	Keri, Tsuki, Uchi Schäfer / Gundel	Kindertraining Selbstbehauptung / SV Anke u. Jürgen Berg
11.30-13.00	Keri, Tsuki, Uchi Knöbl / Schlaug	Kihon Kumite 1-7 Tantodori 1-5 Stief / Yildirim	
13.30-14.30	Gemeinsamer Abschluss		

WADO-Weekend 2011

**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**