

# **BKB Kampfkunst-LG**

*Karate - QiGong - Kyusho - Anwendungen*



## **Dan-Prüfung Shotokan + SOK**

**15. Februar 2020**  
**Altdorf bei Landshut**  
*mit*

## **Lothar Ratschke + Fritz Oblinger**

**Ort:** Zweifach- Turnhalle, Böhmerwaldstr. 31, 84032 Altdorf

**AV:** SV-DJK Altdorf e.V., Peter Kreissl, Tel. 08704/ 1655  
Jürgen Cosma, Tel. 0871/ 3192296  
Bayerischer Karate Bund e.V., Fritz Oblinger, Tel. 0173/ 3853900  
[BKB.Oblinger@kabelmail.de](mailto:BKB.Oblinger@kabelmail.de)

<b>Trainingsplan:</b>	<b>Halle 1</b>	<b>Halle 2</b>
<b>10.00-11.15</b>	<b>Ratschke</b>	<b>Oblinger</b>
<b>11.30-12.45</b>	<b>Oblinger</b>	<b>Ratschke</b>
<b>12.45-13.30</b>	<b>Mittagspause</b>	
<b>13.30-14.45</b>	<b>Ratschke</b>	<b>Oblinger</b>
<b>15.00-16.15</b>	<b>Oblinger</b>	<b>Ratschke</b>

**Trainingsinhalte:** Taktischer Aufbau von Kata- und Kumite-Einheiten mit Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten

**Prüfungen:** Kyu in der Mittagspause, Dan nach der letzten Einheit

**Lizenzverlängerungen:** alle Trainer (5 UE)

**Seminar-Beitrag:** 25,- Euro, bis 14 Jahre 15,- Euro

Ausrichter u. Veranstalter lehnen die Haftung für Personen- und Sachschäden jeglicher Art ab