

# Shotokan Karate-Do-Lehrgang

Kihon, Kata, Kata-Bunkai, Kumite  
mit DKV-Prüfung Shotokan und SOK

**incl. Kampfrichterausbildung für Dan-Anwärter**



## am Samstag, 25.05.2019

### Lothar J. Ratschke Kyoshi

8. Dan Shotokan-Ryu SOK / 6. Dan Kase Ha Shotokan-Ryu  
5. Dan Shotokan-Ryu DKV / 2. Dan Kyusho-Jitsu DKV  
1. Dan Okinawan Kobudo & Kukishin-Ryu



**Stefan Retzer** Sensei 4. Dan Shotokan-Ryu

**Helmut Müller** Sensei 5. Dan Shotokan-Ryu

Samstag 24.05.19 Trainingsplan		
10:00 bis 11:30 Uhr	9. – .4. Kyu	Stefan Retzer
10:00 bis 11:30 Uhr	3. Kyu - Dan	Lothar J. Ratschke
<b>Pause</b>		
12:00 bis 13:30 Uhr	Anfänger – 6. Kyu	Lothar J. Ratschke
12:00 bis 13:30 Uhr	<b>Kampfrichterausbildung</b>	Helmut Müller
<b>Pause</b>		
14:00 bis 15:30 Uhr	5. Kyu – Dan	Lothar J. Ratschke
15:30 bis 16:30 Uhr	Dan – incl. Dan-Vorbereitung	Lothar J. Ratschke

**Für die komplette Teilnahme am Lehrgang werden 5 UE im BKB anerkannt!**

**Schwerpunkt-Themata:** Biomechanik im Kihon in allen Einheiten!

Kata Chinte u.v. Bunkai (Genki / Omote / Okuden n.d. Tieren u. Elementen im Karate-Do)

**Kyu-Prüfungen am Samstag ab ca. 15.30 Uhr / Prüfer: Stefan Retzer Sensei**

Einverständniserklärung des Heimtrainers muss vorliegen: regelmäßiges Training, Fortschritt in der Technik, Bemühungen in der charakterlichen Entwicklung – Dojo-Kun. **Die Kyu-Prüfungen sind ein Service zum Lehrgang u. d. Teilnahme am gesamten Lehrgang, wird ganz dringend empfohlen!**

**Urkunden und Prüfungsmarken bitte selbst mitbringen!**

**Ort: Dreifachturnhalle Comenius-Gymnasium, Jahnstr. 7, 94469 Deggendorf**

**Teilnahmebeitrag:** Erwachsene 25,- €  
Kinder u. Jugendliche bis 16 Jahre 20,- €

**Für Essen & Trinken ist bestens gesorgt!**

**Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise!**

**Info: Thomas Sieker • Tel.: 0991/ 34 16 33  
oder unter: [www.shotokan-deggendorf.de](http://www.shotokan-deggendorf.de)**

**Veranstalter: Shotokan-Karate Dojo Deggendorf**



Der Meister sowie der Verein, sind Mitglieder im Deutschen Karate Verband – DKV e.V.  
Der Ausrichter & Veranstalter lehnt die Haftung für Personen- und Sachschäden jeglicher Art ab.

**Foto- und Filmaufnahmen sind während des Trainings, außer für den Ausrichter, nicht gestattet!**