



Lothar J. Ratschke Kyoshi

8. Dan Shotokan-Ryu SOK
6. Dan Shotokan-Ryu Kase Ha
3. Dan Kyusho Jitsu DKV



Gerhard Kerscher Sensei

5. Dan Shotokan DKV
4. Dan Shotokan Ryu SOK
3. Dan Kyusho Jitsu DKV

Shotokan Ryu Lehrgang Samstag 16.05.2020

Shotokan Dojo Neukirchen bei Sulzbach-Rosenberg

Achtung ! Neuer Trainingsort:

Krötensee-Dreifachturnhalle

Dieselstrasse 29, 92237 Sulzbach-Rosenberg

Trainingszeiten:	10:00 – 11:30	9. – 4.Kyu	Lothar J. Ratschke
	11:30 – 13:00	3. – 1.Kyu & Dan-Träger	Lothar J. Ratschke
	14:00 – 15:30	9. – 4.Kyu	Gerhard Kerscher
	15:30 – 16:30	3. – 1.Kyu & Dan-Träger	Lothar J. Ratschke
	16:30 – 17:30	Kyusho Jitsu in der Kata Niju Shi ho ab 3.Kyu bzw. ab 16 Jahren Lothar J. Ratschke & Gerhard Kerscher	

Dan-Prüfung SOK/Kyusho: bis 5. Dan SOK und 3. Dan Kyusho Jitsu am Samstag ab 18.00 Uhr,
Prüfer: Lothar J. Ratschke, Gerhard Kerscher

Kyu-Prüfung: bis einschließlich 1.Kyu Shotokan, SOK und Kyusho Jitsu
Nur mit schriftlicher Erlaubnis des Heimtrainers!
Prüfungsmarken und Urkunden sind vorhanden!

Alle Einheiten in den Unterstufen stehen auch 3.-1.Kyu und Dan-Graden offen!

Inhalte:

Kihon:	nach gesundheitsorientierten + biomechanischen Gesichtspunkten
Kata:	Seiko Shihan Prof. Taiji Kase no Heian Oyô
Kata + Bunkai:	Niju Shi ho
Renshuho-Formen:	Heian-Shodan-Godan / Go no sen - exakt nach 1 Kampf-Taktik!
Kumite-Formen:	Yakusoku-, Happon-, Goshin- u. Jissen

Die Tiere und Elemente in der Kampfkunst sowie Kyusho Jitsu (Oberstufe) werden überall angesprochen!
Für das Seminar werden zwecks Trainerweiterbildung 4 UE in Bayern anerkannt!

Seminarbeitrag: bis 14 Jahre 20 €
ab 15 Jahre 25 €
3.- € Rabatt auf den Seminarbeitrag für OK-Mitglieder

Veranstalter: Shotokan Dojo Neukirchen b.S.R., <http://shotokan-karate-dojo-Neukirchen.de>
Gerhard Kerscher: Tel.: 09663 2553 (dienstl. 2447), Fax 09663 2440
E-Mail: vorsitzender@shotokan-karate-dojo-neukirchen.de

Für Verpflegung während des Lehrganges ist gesorgt
Ausrichter und Veranstalter lehnen die Haftung für Personen- und Sachschäden jeglicher Art ab.