

Lehrgang mit Sensei Jamal Measara

8. Dan Karate / 8.Dan Kobudo / 7. Dan Aikido

Mindestalter: 12 Jahre

Wann: Samstag 17.10.2015

Wo: Lohau – Halle Oberlinder Straße 10 in 96515 Sonneberg

Ausrichter: Budokan Sonneberg

Kontakt: Frank Beyer Tel.: 03675/741623 - 016096426333

LG - Gebühr: 20 Euro

Trainingszeiten: 10.00 - 11.15 Uhr 9.- 5.Kyu

11.15 - 12.30 Uhr gem. Training 9.- 5.Kyu / 4.Kyu – Dan

12.30 – 13.00 Uhr Mondo - Lehrgespräch zw. Meister und Schüler

13.00 – 13.45 Uhr Mittagspause

13.45 – 15.00 Uhr gem. Training 9.- 5.Kyu / 4.Kyu – Dan (realistische Selbstverteidigung)

15.00 – 16.30 Uhr 4.Kyu – Dan Bassai-Dai
(Vergleich Okinawa Karate – Shotokan Karate)

16.30 – 17.00 Uhr Bubishi

Hinweis: Speisen u. Getränke können vor Ort erworben werden.

„ Der Ausrichter lehnt jegliche Art der Haftung ab!“