

# Dresdner Karate Team



**TERMIN** 24. April 2021

## **DIRK EISENSCHMIDT**

STILRICHTUNGSREFERENT SHOTOKAN DES  
SÄCHSISCHEN KARATEBUNDES  
(4. DAN KARATE, 1. DAN KENJUTSU)

## **MARCO LEIB**

(4. DAN KARATE, 4. DAN KYUSHO JITSU)

## **KAY ROHRBACH**

(4. DAN KARATE)



## **TRAININGSEINHEITEN**

**10.00 – 11.30** alle gemeinsam

Das Prüfungsprogramm für den 9. – 7. Kyu

**11.30 – 13.00** 9. Kyu – 4. Kyu und 3. Kyu – Dan

Das Prüfungsprogramm für den 6. – 4. Kyu und das Prüfungsprogramm des 3. – 1. Kyu Shotokan.

**13.00 – 14.00** Mittagspause und Prüfung

Für einen Mittagsimbiss wird gesorgt sein und gegen ein kleines Taschengeld kostengünstig angeboten. Die Trainer stehen hier für interessante Gespräche bereit und führen Prüfungen durch.

**14.00 – 15.30** 9. Kyu – 6. Kyu und 5. Kyu – Dan

Hüftarbeit in der Kata Heian Nidan und das Prüfungsprogramm des 1. – 3. Dan Shotokan.

**15.30 – 16.30** alle gemeinsam und Trainerspezial

Gemeinsames Cool Down mit Entspannungsübungen und Qi Gong und parallel gibt es eine spezielle Einheit für Trainer und Trainerinnen.

## **TRAININGSORT**

Turnhalle der 76. Grundschule  
Am Lehmberg 28a  
01157 Dresden

## **TRAININGSTHEMEN**

Die Prüfungsprogramme vom 9. Kyu – 3. Dan und die Fundamente des Shotokan Karate

## **PRÜFUNGEN**

bis 1. Kyu möglich  
Shotokan, SOK und Kyusho  
(Erlaubnis des eigenen Dojos nötig)

## **LEHRGANGSGEBÜHR**

Mitglieder des DKT: frei  
**Gäste zahlen 15,- € Gebühr**

## **LIZENZVERLÄNGERUNG**

Mit der Teilnahme können 5 UE auf die Lizenzverlängerung angerechnet werden.  
(Die Verlängerung beim SKB kostet 5,- € beim LG extra)  
(Die Verlängerung beim SSB Dresden kostet 10,- € extra und ist im Vorfeld per Überweisung an den SSB Dresden zu bezahlen)

## **VERPFLEGUNG**

Für eine kostengünstige Verpflegung wird gesorgt.

## **HAFTUNG**

Der Ausrichter lehnt Haftung jeglicher Art ab.

