

Lehrgang für DAN-Träger und Anwärter! Intitut-Tonn!

Termin: Sa. 28.11.2009 10:00- 13:00 Uhr, 15:00 - 20:00 Uhr

So. 10:00 - 13:00 Uhr

Ort: Institut-Tonn

Unkostenbeitrag: 20 €

Inhalte

Theorie:

Kyu-Dan-System/Kodansha-Yudansha

Weglehre: Shu-Ha-Ri System

Budogemeinschaft: Sensei/Kohei- Beziehung, Verein/Dojo

Zen-Meditation in den Kampfkünsten

Geschichte des Karate

Stilrichtungen in Okinawa und Japan

Sportkarate/Karateorganisationen

Sportkarate Kumite/Kata im Verhältnis zur Kampfkunst Karate

Theorie des Kyoshu-Jitsu/Dim Mak

Kobudo und Karate

Praxis:

Etikette: korrekte Aufstellung, Ritsu-Rei und korrektes Verhalten

Kihon: Unterschiede Kyu-Dan Kata,

Kata, Kata-Bunkai(omtote und okuden) und **Bunkai-Kumite**

Kote Kitae und Tanren-Kumite

Zen-Meditation und Mondo