

# KARATEPRAXIS – Moderne Tradition!

**13.-14. Mai 2023 in Beverstedt**



Karate-Dojo Shoshin



## Kata-Bunkai & Karate-Selbstverteidigung



**Christian Wedewardt (GER)**

**6. Dan Karate WCA (UK), 6. Dan Karate (DKV)**

**Karatepraxis.com**

Das wirklich alte Karate basiert auf körperlicher Ertüchtigung und der Fähigkeit zur Selbstverteidigung. Ein Sport und damit der Wettkampf, wurde erst 20. Jahrhundert daraus entwickelt. Christian Wedewardt setzt die Kata ins Zentrum des Lernens und leitet daraus Defensive und Offensive ab. Sein Bunkai-Training ist strukturiert nach Prinzipien, deren Alternativen, Taktiken und Distanzen. Sein Bunkai ist Selbstverteidigung mit Karate und deshalb geeignet für alle Stile und Graduierungen!

**„Christians Art zu unterrichten ist etwas, das jeder Karateka einmal erlebt haben sollte!“**

Iain Abernethy



**karatepraxis.com**

# KARATEPRAXIS – Moderne Tradition!

<b>Samstag:</b>	8:30 - 9:00	Eintreffen (Kaffee)
	9:00 - 10:15	Kindereinheit (bis 11 Jahre)
	10:30 - 12:30	Motiv-Bunkai <b>Sochin</b> ab 9. Kyu
	12:30 - 13:15	Pause mit Buffet zu fairen Preisen
	13:15 - 14:45	Dein <b>Karate ist Selbstverteidigung!</b>
	15:00 - 16:30	Kraftübertragung an Pratzen
	18:30 -	Vittoria Restaurant
<b>Sonntag:</b>	9:30 -	Eintreffen (Kaffee)
	10:00 - 13:00	Heian Kata System Bunkai Einblick in Heian Shodan bis -Sandan

**Mach Dein Auto voll !  
Bei 3 Anmeldungen aus  
einem Dojo ist die 4.  
Person kostenfrei !**

**Lehrgangsort:** Sporthalle, Schulstraße 6, 27616 Beverstedt

**Übernachtung:** Kostenlose Übernachtungshalle (Schlafsackniveau) ist ca. 8 km entfernt. Die Adresse wird zu Beginn des Lehrgangs bekannt gegeben. Bitte die Übernachtung in der Übernachtungshalle bei der Anmeldung angeben.

**Voraussetzungen:** Keine! Der Lehrgang ist offen für alle interessierten Kampfkünstler aller Stile vom Erstteilnehmer bis zum Schwarzgurt.

**Kosten:**

Kinder -----	<b>10,00 EUR</b>
Samstag -----	<b>35,00 EUR</b>
Sonntag -----	<b>20,00 EUR</b>
Beide Tage --	<b>45,00 EUR</b>

**Veranstalter:** TSV Lunestedt e.V.  
Andreas Seebeck: [info@karate-shoshin.de](mailto:info@karate-shoshin.de) / +49 4209 98 99 070

**Anmeldung:** Da die Gesamtteilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um Anmeldung an o.g. Mailadresse mit Angabe des Namens, Dojo, Graduierung und Teilnahme Tag/e.

**Zahlung:** Den Gesamtbetrag bitte unter Angabe des/der Namen, Lehrgangstag/-e und Stichwort LG Christian Wedewardt 2023 bis spätestens 30.04.2023 auf das folgende Konto überweisen: Andreas Seebeck, Sparkasse Bremen  
IBAN: DE44290501010012615357

