

SHŌTŌKAN STOCK LEHRGANG

mit Henning Wittwer

Autor der Bücher

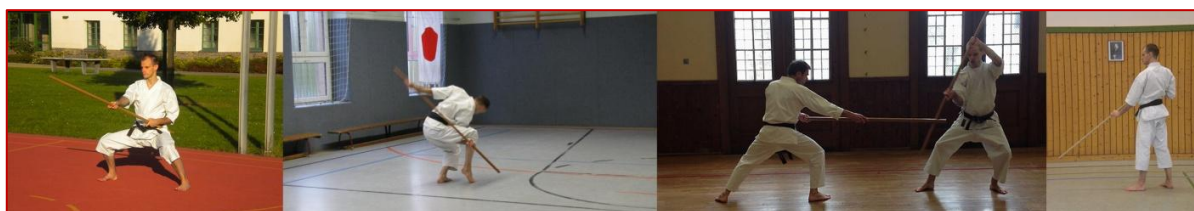
»Shōtōkan – überlieferte Texte & historische
Untersuchungen«
»Shōtōkan – überlieferte Texte & historische
Untersuchungen. Band II«
»Funakoshi Gichin & Funakoshi Yoshitaka: zwei
Karate-Meister«

»Karate. Kampfkunst. Hopolologie«
»Higaonna Kamesuke über Karate in Okinawa, Japan
& Hawaii«

neu!

»Shōtōkan – überlieferte Texte & historische
Untersuchungen. Band III«

am 2. & 3. März 2019 in Niesky / Sachsen



Im klassischen Shōtōkan-Ryū werden vier *Kata* mit dem Stock (*Kon* bzw. *Bō*) praktiziert:

- 1 - Shūji no Kon
- 2 - Sakugawa no Kon
- 3 - Matsukaze no Kon
- 4 - Shirotaru no Kon

Inhalte unseres Lehrgangs sind **(1)** die Erläuterung von Hintergründen zur Geschichte & Lehre des Stocks im Shōtōkan, **(2)** das Erlernen & Üben des Ablaufs der *Kata* Shūji no Kon in Gruppe A und Sakugawa no Kon in Gruppe B, **(3)** deren Anwendungen gegen einen Gegner (*Kumibō*) sowie **(4)** unbewaffnete Partnerübungen gegen Stockangriffe (*Bō-Dori*) in Gruppe B.

Teilnehmer an unserem Lehrgang sollten zumindest die ersten drei Heian-*Gata* kennen (Gruppe A) oder bereits an mindestens zwei unserer Lehrgänge teilgenommen haben (Gruppe B). Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Samstagabend ist ein gemeinsamer Pizzeriabesuch geplant. Eine vorherige Anmeldung dafür ist erforderlich.

AUSRICHTER:

1. Nieskyer Karateverein »Nippon Niesky« e. V.

ORT:

Sporthalle der Oberschule Niesky
Pestalozzistraße 24
02906 Niesky

AUSKUNFT & ANMELDUNG:

André Lachowski Tel.: 035827-70295
Email: nippon-niesky@gmx.de

AUSRÜSTUNG:

jeder Teilnehmer benötigt einen 6 *Shaku* (≈ 1,82 m)
langen, möglichst schweren *Bō*

TRAININGSZEITEN:

Samstag, 02.03.

9:00 – 10:30 Uhr (Gruppe A)
10.30 – 12.00 Uhr (Gruppe B)
14.00 – 16.00 Uhr

Sonntag, 03.03.

9.00 – 12.00 Uhr

GEBÜHR: 20,- €

HAFTUNG:

jeglicher Art wird ausgeschlossen

www.nippon-niesky.com