

# **Sächsischer Goju Ryu Tag mit Ulrich Heckhuis 9.Dan Hanshi, Thomas Richter 7.Dan Kyoshi und Alexander Jährig 5.Dan Renshi. Am 09.Juli 2022**



**Ort:** TH am Begegnungszentrum  
Albrecht-Dürer-Str. 85  
09366 Stollberg/Erzgebirge

**Samstag, den 09.07.2022**

**Beginn 09.30 Uhr**                      **Goju Ryu Partnerformen mit Thomas und Alexander**

**Ab 11.30 Uhr**                              **Ab 14 Jahren und 5.Kyu**

**Lehrgangsinhalt:**                      Steigerung der Schnelligkeit in Kihon, in der Kata und bei den Partnerübungen  
Impulsgebung in den Karate-Techniken

Lehrgangsziel ist es die Zusammenhänge zwischen Kihon, Kata und Partnerübungen zu vertiefen, um die Prinzipien auf den Danprüfungen besser umsetzen zu können. Es werden vier Trainingseinheiten sowie ein Mondogespräch zum Thema Kata und Katabunkai angeboten.

**LG Kosten:**                              **10,- € GKD, 15,- € Andere**

**Dan Prüfung:**                              **am 10.Juli ab 10.00 Uhr**

**Kontakt:**                                  **Thomas Richter**  
**Handy: 0157-72929758**  
**Email: [ThomasRichter@karate-and-fun.de](mailto:ThomasRichter@karate-and-fun.de)**

**Eine Haftung wird generell abgelehnt.**