

Hamburger Judo-Verband e.V.

Schäferkampsallee 1
20355 Hamburg

Ausschreibung

Hamburger Kata-Workshop 2010

- Veranstalter:** Hamburger Judo-Verband e.V.
- Ort:** Budocentrum der Sportvereinigung Polizei e.V., Carl-Cohn-Str. 41,
22297 Hamburg
- Termin:** 8./9. Mai 2010
- Inhalte:** Sonnabend: **Koshiki no kata**
→ Grundsätzliche Bewegungsformen und Prinzipien des Judo
Sonntag: **Katame no kata**
→ Trainieren am Boden – von der Kata zum Randori
Sonnabend + Sonntag: **Nage no kata**
→ Grundlagen, Vertiefung und Methoden im Kata-Training
sowie an beiden Tagen bei Bedarf: **freies Üben**
- Referenten:** Peter Deegen (Dresden)
Sönke Schillig (Hamburg)
- Zeitplan:** Samstag 10 – 18 Uhr (Anreise bis 9.30 Uhr)
Sonntag 9.30 – 14.00 Uhr
Anreise am Freitag bei Übernachtung im Dojo bis 22 Uhr.
- Kosten:** 40,- €. Bei Teilnahme an nur einem der Tage kostet der Lehrgang am
Samstag 25,- € bzw. am Sonntag 20,- €.
- Übernachtungen** im Dojo sind möglich (5,- € pro Nacht). Bitte bei der Meldung angeben!
- Meldungen bis 15.4.2008** nur schriftlich per Post oder E-Mail unter Angabe von
Name, Vorname, Anschrift, Telefon und gewünschten Kata an:
Sigrid Happ, Eppendorfer Landstr. 164, 20251 Hamburg,
E-mail: sigrid@happ.org
Tel. (nur in dringenden Fällen): 040/4801561

Der Workshop wird in Hamburg mit 10 UE anerkannt als Fortbildung für Trainer-C-Lizenzen Breitensport und als Qualifizierungsmaßnahme für Dan-Anwärter über 35 Jahre ohne Turnier-/ Meisterschaftsteilnahme.

Sigrid Happ
Katabeauftragte im Hamburger Judo-Verband