

3. Rafelder Kata – Tag.



Sonntag 30. April 2017

Bernhard Frankl 6. Dan Shotokan

型

Kata - Sehen, Üben, Verstehen und Umsetzen

Ort: Gymnastikraum TSV Grafenrheinfeld / Schweinfurt Hermasweg 2

Uhrzeit:	Kata:
10 bis 11 Uhr	Bassai Dai
11 bis 12 Uhr	Tekki Shodan
12 bis 13 Uhr	Sochin
13 bis 14 Uhr	Mittagspause
14 bis 15 Uhr	Chinte
15 bis 16 Uhr	Wankan

Kein allgemeines Aufwärmen in den Trainingsstunden!

Weg: BAB 70 – Ausfahrt „Schweinfurt Maintal - Grafenrheinfeld“ und immer der Beschilderung folgend. Nach dem Ortsschild direkt auf der rechten Seite.

V: Karate Dojo Haragei e. V. Hermasweg 2 97506 Grafenrheinfeld

www.karate-haragei.de

Info: Harald Weth - Tel: 09723 / 932688

Bernhard Frankl Tel.: 0173 6858277 Email: haragei_bernhard@gmx.de

Teilnehmer-Gebühr: 7,- € je Stunde die belegt wird

Lehrgang Komplett: 20,- €

Haftungsausschluß!