# 17. SKA/WTKO Auffahrtscamp

## *Richard Amos Sensei 8. Dan*
## *Chefinstruktor WTKO*

**Donnerstag (Auffahrt), 09. Mai bis 12. Mai 2024**

***für Kinder, Jugendliche und Erwachsene***

## *Trainingsprogramm für Dojoleiter/Assistenten:*

**•09.30-11.30 Uhr und 14.00-16.00 Uhr**

**-Donnerstag, 09.05.24:** **-Kata „Sochin“ mit Bunkai und „Übungsreihen Tsuki-Waza“**

**-Freitag, 10.05.24:** **-Kata „Kanku Sho“ mit Bunkai und „Verschiedene Kumiteformen“**

**•Preise:**
**-1 Training Fr. 50.- / 1 Tag Fr. 90.- Ganzer Kurs Fr. 140.-**
**-Gesamtkurs (Dojoleiterkurs &Training für alle) Fr. 200.-**

## *Trainingsprogramm für alle:*

**-Samstag, 11.05.24:**

**-Oberstufe (blau-schwarz ab 2014):**
- **Morgen 11.00-12.00 Uhr: Kata „Jiin“**
- **Nachmittag 14.15-15.15 Uhr: Übungsreihen Uke-Waza**

**-Unterstufe (weiß-grün ab 2018):**
- **Morgen 09.45-10.45 Uhr: Kata „Heian Godan“**
- **Nachmittag 15.30-16.30 Uhr: Übungsreihen Tsuki-Waza**

**-Sonntag, 12.05.24:**

**-Oberstufe (blau-schwarz ab 2012):**
- **Morgen 09.30-10.30: Kata „Tekki Nidan“**

**-Unterstufe (weiß- braun ab 2017):**
- **Morgen 10.45-11.45 Uhr: Kata „Heian Sandan“**

**-Gemeinsames Training Unter- Oberstufe:**
- **Nachmittag 12.00-13.00 Uhr: „Richard-Special“**

**•Preise:**
**-Erwachsene & Jugendliche ab 17 J.: Einzeltraining Fr. 30.- / Ganzer Kurs Fr. 100.-**
**-Kinder & Jugendliche bis 16 J.: Einzeltraining Fr. 20.- / Ganzer Kurs Fr. 60.-**
**-Familientarif: es zahlen Maximum 2 Personen**

**-Es ist eine Anmeldung erforderlich (siehe Anmeldeformular im Dojo)!**
**•Ort: Dojo Kenseikan Thun, Tempelstrasse 20, 3608 Thun-Allmendingen**

Swiss Karate Association

**•Info: Headquarters SKA – thomas.hertig@skas.ch – www.skas.ch**

WTKO SWITZERLAND