

Wado-Ryu Karate-Lehrgang für Körperstruktur



Trainingsmethoden und Konzepte für Körperstruktur
aus dem Da Cheng Chuan Kung Fu.

Trainer: Dr. Jürgen Baier und Thomas Knöbl

Termin: Samstag, 14.12.2019 – 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Ort: Dunant-Schule, Dunantstraße 10, 90431 Nürnberg

Kontakt: Thomas Knöbl, Stilrichtungsreferent Wado-Ryu im BKB,
Telefon: 0179 - 20 18 590, E-Mail: wado_bayern@aol.com

Ausrichter: Karateabteilung des ATV 1873 Frankonia Nürnberg e.V.
www.atv1873frankonia.de/sportangebot/karate

Kosten: 30,00 Euro

Zielgruppe: Trainer und Trainierende im Wado-Ryu ab 7. Kyu

Trainingszeiten und -inhalte:

10.00 – 13.00 Uhr Statische Strukturübungen	13.30 – 16.30 Uhr Dynamische Strukturübungen	16:30 – 17.00 Uhr Theorie und Fragen
Ende des Lehrgangs 17.00 Uhr		

Das Lehrgangskonzept:

Das Da Cheng Chuan Kung Fu bietet einen systematisch aufgebauten Lehrplan für Körperstruktur und ihre Anwendung. Dies sind auch die Grundlagen des Wado-Ryu Karate.

Über die Konzepte und Trainingsmethoden aus dem Da Cheng Chuan werden Körperstruktur und Sensitivität trainiert. Diese Methoden bieten einen alternativen und ergänzenden Zugang zu den im Wado-Ryu enthaltenen Prinzipien.

Das Lehrgangskonzept ist als weiterführender Lehrgang geplant und es werden Themen aus den vorherigen Lehrgängen aufgegriffen, vertieft und weitergeführt. Ein späterer Einstieg ist jedoch jederzeit möglich. **Die Lehrgangsserie wird auch im Jahr 2020 weiter fortgesetzt.**

Das Training findet im Karate-Gi oder in bequemer Sportkleidung statt.

Achtung: Bitte bringt Hallen-Turnschuhe oder warme Socken mit!

Weitere Infos:**Dr. Jürgen Baier:**

Dr. Jürgen Baier begann bereits in seiner Jugend mit Karate und hat den 1. Dan Wado-Ryu.

Seit 1995 trainiert er die innere Kampfkunst Da Cheng Chuan bei Meister Lam Kam Chuen und ist ein von ihm autorisierter Lehrer. Er leitet das Training der Da Cheng Chuan-Schule für inneres Kung Fu in Nürnberg. Hauptberuflich ist er Agiler Coach und Software-Architekt für IT-Projekte.

Zudem trainiert Jürgen auch im Takamura ha Shindo Yoshin Ryu Dojo in Nürnberg.

www.da-cheng-chuan.de

Thomas Knöbl:

Thomas Knöbl betreibt seit 1986 Karate, hat den 4. Dan Wado-Ryu und ist Stilrichtungsreferent für Wado-Ryu im Bayerischen Karate Bund e.V. (BKB).

Thomas trainiert in Nürnberg beim ATV 1873 Frankonia Nürnberg e.V.

www.atv1873frankonia.de/sportangebot/karate