



# Kyokyu Dojo Rudolstadt e. V.



**Trainingsort:** Dreifelderhalle des SBZ Rudolstadt  
Trommsdorfer Str. 1  
07407 Rudolstadt

Anfänger	Trainer	Fortgeschrittene	Trainer	Start	Ende
Erwärmung	Hagen			10:00	10:30
Bo-no Kihon	Hagen	Pinan & Naihanchi Kata	Marius	10:30	11:30
Shushi-no Kun Sho	Doro	Shirataru-no Kun	Hagen	11:40	12:40
Vorführungen und Mittagspause					
Bo-Kumite	Marius	Bo tai Sai/Passai Sho	Doro/Hagen	13:25	14:25
Sai-no Kihon	Doro	Bo tai Sai/Shorin Ryu Kumite	Marius/Hagen	14:35	15:35

Individuelle Änderungen im Trainingsplan vorbehalten

**Lehrgangsgebühr:** 15,- € pro Person  
5,- € für Vereinsmitglieder

Der Ausrichter lehnt jede Haftung ab

**Datenschutz:** Wir weisen darauf hin, dass während der Veranstaltung Bildmaterial aufgezeichnet wird, welches später werbewirksam verwendet wird.

Weitere Informationen über:

[www.kyokyu.de](http://www.kyokyu.de); [Kontakt@kyokyu.de](mailto:Kontakt@kyokyu.de)