



# Wado-Kai Herbstlehrgang in Meißen

## 11.-13. Oktober 2019

Sporthalle der Afra Grundschule, Leipziger Str. 65, 01662 Meißen  
(Mit Prüferlehrgang Wado-Kai Sachsen)



**Wado Kai**  
**Trainer &**  
**A-Prüfer**

Dr. Elke von Oehsen  
Peter Mixa  
Werner Buddrus

**8. Dan Wado-Kai**  
**7. Dan Wado-Kai**  
**7. Dan Wado-Kai**

Dr. Jürgen Fabian  
Franz Bohnert  
Andre Jätzschmann

**5. Dan Wado-Kai**  
**5. Dan Wado-Kai**  
**5. Dan Wado-Kai**

Zeit / Tag	Freitag 11.10.2019			Samstag 12.10.2019			Sonntag 13.10.2019		
10:00-11:00				KIHON UCHI WAZA			KIHON KERI WAZA		
11:00-12:00				Kihon Kumite 8-10	Vitalpunkte	Kata 4.-1. Kyu	Stände, Richtungen Gleichgewicht Kyu-Grade	Dan Kata	SV Messer *
12:00-13:00				Idori 5 bis 7	Renzuko Waza Kihon oder "freie" Bewegung	Kata-Bunkai Kyu-Grade	alle Katas im Durchlauf		
				Pause			ab 13:00 Uhr Kyu-Prüfungen		
14:30-15:30				Sanbon Kumite 4.-1. Kyu	Hebel, Würfe, Fallen SV	Freie Partnerübungen Dan-Grade	<p><b>*Wado-Kai Sachsen Prüfer-Lehrgang ab 11 Uhr</b></p> <p><b>Achtung: Kinder bis 6. Kyu bzw. 13 Jahre werden Freitag und Samstag separat betreut!</b> (siehe Trainingsplan Kinder)</p>		
15:30-16:30				Jakusoku Kumite Kyu-Grade (nach Lehrbuch)	Dan Kata	Ohyo Kumite 8-10			
17:00-18:00	KIHON TSUKI WAZA			<p>ab 16:30 Uhr Dan-Prüfung</p>					
18:00-19:00	Dan Kata	Kihon Kumite 1-3	Kata 9.-5. Kyu						
19:00-20:00	Idori 1 bis 4	Ohyo Kumite 4-7	Sanbon Kumite 8.-5. Kyu	<p>ab ca 19:30 Uhr geselliges Beisammensein</p>					
20:00-21:00	Tanto Tori 1 bis 5	Kihon Kumite 4-7	Ohyo Kumite 1-3						

**Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.**

Die Teilnahme am Lehrgang bestätigt das Einverständnis, Bilder oder Filmaufnahmen für die Veröffentlichung (z.B. Homepage, Tageszeitung) freizugeben.