

Koryû Uchinâdi - Lehrgang mit Sensei Olaf Krey am 05./06. Oktober 2019 in Gärtringen



Koryû Uchinâdi ist eine Interpretation von Karate, die sich zur Aufgabe macht die Ursprünge des Karate zu erforschen. Dabei stehen funktionale Anwendungen und ein breit gefächertes Verständnis von Karate im Vordergrund. Olaf Krey (6. Dan) ist langjähriger Schüler von Sensei Patrick McCarthy und Hauptlehrer für Koryû Uchinâdi in Deutschland.

Wir werden uns mit dem „**Kakie Damashi**“-Drill beschäftigen. In dieser Zweipersonenübung wechselt die Rolle von Angreifer und Verteidiger immer wieder. Die Form besteht aus einem Stand- und einem Boden-Teil. Ziel des Seminars ist es nicht, den vollständigen Ablauf danach auswendig zu beherrschen, sondern die Prinzipien der einzelnen Sequenzen im Detail zu beleuchten. Die Kenntnis des Drills ist keine Voraussetzung für die Teilnahme am Seminar. Das Seminar ist stiloffen und wird den Vorkenntnissen der Teilnehmer angepasst.

Trainings	Samstag, 05.10.2019	10.00 - 12.00 Uhr 13.00 - 15.00 Uhr 15.30 - 17.00 Uhr (anschließend „open mat“)
	Sonntag, 06.10.2019	10.00 - 12.00 Uhr 13.00 - 15.00 Uhr
Ort	Theodor-Heuss-Halle, Schickhardstraße 34, 71116 Gärtringen	
Verpflegung/ Übernachtung	Während des Seminars ist Selbstverpflegung, Getränke können jederzeit käuflich erworben werden. Am Samstagabend wollen wir gemeinsam grillen (12 Euro pro Person inkl. aller Getränke). Eine kostenfreie Übernachtung ist nach Absprache vor Ort möglich.	
Anmeldung	Eine Anmeldung erleichtert uns die Planung, ist aber keine Pflicht. Bitte teilt uns den Anreisetag mit, ob ihr vor Ort übernachten und am Grillen teilnehmen (ggf. vegetarisch essen) möchtet.	
Gebühren	35 Euro für beide Tage, 25 Euro für einen Tag. <u>Bei Vorabüberweisung bis zum 29. September 2019 gibt es 5 Euro Nachlass.</u> Bankverbindung: Steve Mirke, IBAN: DE51 6035 0130 0000 1228 09, BIC: BBKRDE6BXXX Verwendungszweck: „KU LG GAE 2019“ + Name oder Dôjô + Anzahl Teilnehmer	
Kontakt	mail@karate-gaertringen.de	
Haftung	Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.	