

3. Wado-Ryu Karate-Lehrgang für Körperstruktur

**Trainingsmethoden und Konzepte für Körperstruktur
aus dem Da Cheng Chuan Kung Fu und Wado-Ryu Karate.**

Trainer: Dr. Jürgen Baier und Thomas Knöbl

Termin: **Samstag, 10.11.2018 – 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr**

Ort: TSV Eysölden, Eysölden K 11, 91177 Thalmässing
Parkplatz neben dem Schützenhaus vor dem Sportplatz.

Kontakt: Herbert Schnauder, E-Mail: schnauder-h@gmx.de, Tel: 0170-732 72 36

Ausrichter: TSV Eysölden e. V. / Abteilung Karate / www.tsv-eysoelden.de

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. Diese 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 mit drei auf das Jahr verteilten Terminen geplant, ein späterer Einstieg zum Lehrgang Nr. 3 ist jedoch jederzeit möglich.

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

Alle Termine der Lehrgangsserie:

1. Lehrgang	2. Lehrgang	3. Lehrgang
03.03.2018	05.05.2018	10.11.2018
Nürnberg	Freising	TSV Eysölden e.V.

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