



**WADO-RYU LEHRGANG mit  
BOB NASH , USA , 7. Dan JKF  
in Heidelberg  
Samstag 19.5. und Sonntag 20.5.2023**



### **Samstag**

**10.30 Uhr bis 12.00 Uhr Techniktraining Tsuki Waza**

**12.15 Uhr bis 13.30 Uhr Kata Chinto**

**14.15 Uhr bis 15.30 Uhr Kihon Kumite 3-5**

**15.45 Uhr bis 17.00 Uhr Kihon Kumite 6-8**

**18 Uhr gemeinsames Abendessen , Ort wird noch bestimmt**

### **Sonntag**

**10.00 Uhr bis 11.30 Uhr Blocks / Uke Waza und Wendungen**

**11.45 Uhr bis 12.30 Uhr Anwendung von Tsuki und Uke in Jiyu Kumite**

**12.45 Uhr bis 14.00 Uhr Kata Naihanchi**

**Der Lehrgang ist in englischer Sprache und wird nach Bedarf der Teilnehmer übersetzt.**

**Lehrgangsgebühr : Samstag 30 Euro Sonntag 20 Euro  
Kinder und Jugendliche zahlen die Hälfte**

**Lehrgangsort : Auditorium der Julius-Springer-Schule, Elsa-Brandström-Strasse 8,  
69126 Heidelberg, Mark-Twain-Village**

**Ausrichter und Veranstalter übernehmen keine Haftung.  
Mit der Teilnahme wird der Veröffentlichung von Video- und Fotoaufnahmen  
zugestimmt.**

**Ausrichter : PSV Heidelberg Abteilung Karate**

**Kontakt :Andrea Montrasio / [montrasio@karate-hd.de](mailto:montrasio@karate-hd.de)**