

# KDNW-TAG

---

**AM 16. NOVEMBER 2019**

**Großer Verbandslehrgang  
für alle Gürtelfarben & Altersklassen  
*inkl. Yu-Wa-Kai*  
in der Sportschule Duisburg-Wedau**



Karate-Dachverband  
Nordrhein-Westfalen e.V.

## 4. KDNW-Tag (inkl. Yu-Wa-Kai) am 16. November 2019 in Duisburg-Wedau

**Veranstalter:** Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V. Postfach 10 07 50 47007 Duisburg www.karate.nrw  
 Tel. 0203/997210 Fax: 0203/997209 E-Mail: Karate-Dachverband-NW@t-online.de www.facebook.de/KDNW.karate

**Ort:** Sportschule Wedau, Friedrich-Alfred-Straße 15, 47055 Duisburg-Wedau (Navi: Wedau/PLZ eingeben, Straße doppelt in Duisburg!)

**LG-Gebühren:** Erwachsene 25,00 € Kinder bis 14 Jahre 15,00 € Bei Sammelanmeldung von 10 TN aus dem gleichen Verein gibt es eine Freikarte!  
 Mittagessen in der Sportschule: 13,00 € (muss bis 31.10. über den KDNW gebucht werden)  
 Kinder und Jugendliche dürfen am Lehrgang teilnehmen, wenn die gesetzliche Aufsichtspflicht durch Eltern oder Vereinsbetreuung gewährleistet ist.

**Lizenzverlängerung:** Bei Teilnahme an 1 Theorieinheit und 3 Praxiseinheiten werden 5 LE zur Lizenzverlängerung anerkannt. Wer mehr macht, bekommt auch mehr bescheinigt, bis max. 8 LE. Achtung: TN-Begrenzung Theorie, je max. 24 Personen (bitte voranmelden bis zum 31.10.). „Bewegt Älter werden“ kann leider nicht zur Lizenzverlängerung anerkannt werden.



Ablauf	Praxis / Trainingsprogramm (KDNW-Tag)		Theorie (Yu-Wa-Kai)	
	Judohalle	Halle 6	Großer Seminarraum	Seminarraum
10.00 - 11.00	Kobudo (Bo bitte mitbringen!) <i>Michael Stenke</i>	Spiele mit und für Kids <i>Michael Bolder</i> <b>kids only</b>	Karate 50+ <i>Heribert Rojek</i>	
11.15 - 12.15	Masterclass <i>Detlef Tolksdorf</i> ⊗ <i>Rainer Katteluhn</i>	Bunkai <i>André Dawson</i>	Ideen fürs Kindertraining <i>Susanne Nitschmann</i>	Vereinsorganisation <i>Alexander Kröger</i>
12.15 - 13.15	Mittagspause. Um 12.45 findet eine Kata-Demo in der Judohalle statt.			
13.15 - 14.15	Kumite <i>Susanne Nitschmann</i>	Okinawa-Kata <i>Mobamed Oussar</i>	Kata für Kids <i>Stefan Krause</i> <b>kids only</b>	Was ist ein Talent? <i>Dennis Dreimann</i>
14.30 - 15.30	Shotokan-Kata <i>Bernd Milner</i>	Kumite für Kids & Teens <i>Dennis Dreimann</i> <b>kids only</b>	Selbstverteidigung <i>Ludwig Binder</i>	Ernährungsberatung <i>Kira Lagmüller</i>
15.45 - 16.45	Goju-Ryu <i>Ulrich Heckbuis</i>	Krafitraining fürs Karate <i>Kira Lagmüller</i>	Tai Sabaki <i>Peter Meuren</i>	
17.00 - 18.00	Selbstverteidigung <i>Ludwig Binder</i>	Geschwindigkeit aus der Entspannung <i>Peter Meuren</i>	Video-Analyse Wettkampf-Kata <i>Ulrich Heckbuis</i>	
18.00	Verabschiedung			

Teilnehmer/innen willigen in die Aufnahme und Veröffentlichung von Fotos und Videos ihrer Person im Rahmen der Berichterstattung über die Veranstaltung ein.