



# 1. Hunsrücker Seminar

## Karate ist Selbstverteidigung

Mit **Gunar Weichert** 8. Dan Shotokan Stilrichtungsreferent  
und **Jürgen Kestner** 7. Dan Selbstverteidigungsausbilder



**Samstag, den 08. Juni 2024**  
in Kastellaun (Große  
Sporthalle der Integrierten  
Gesamtschule).

### **Trainingszeiten:**

10.00-11.30 Uhr 9 – 6 Kyu

Kata und Anwendungen

11.30-13.00 Uhr 5 Kyu -

Dan Kata und Anwendungen



14.00-15.30 Uhr 9 – 6 Kyu Kata und Anwendungen

15.30-17.00 Uhr 5 Kyu - Dan Kata und  
Anwendungen

Trainingsinhalte sind traditionelles Karate und dessen realistische  
Anwendung bei Angriffsszenarien von einem und mehreren Gegnern.

Lehrgangsgebühr: 25,00 Euro

Anfahrts-Adresse: Albert-Schweitzer-Straße, 56288 Kastellaun

Für Verpflegung und Getränke wird gesorgt.

**Ansprechpartner:** Michael Fuchs, Tel.06741/5763066 Mobil. 0151/15731852