



4. Kleinblittersdorfer KATA - Marathon

am Samstag, 03.März 2012

in der Spiel- und Sporthalle Kleinblittersdorf

Das ORIGINAL im Saarland!

Halle/ Zeiten	Mehrzweckhalle, Teil 1	Mehrzweckhalle, Teil 2	Mehrzweckhalle, Teil 3	Schulturnhalle
ab 08:30	Eintreffen			/
09:30	Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen			
10:00 bis 11:00	Kihon für Kata	Empi	Ji'in	
11:15 bis 12:15	Heian Shodan / Nidan	Gojushiho Sho	Tekki Nidan	
12:30 bis 13:30	Tekki Shodan	Kanku Dai	Chinte	Leistungssport - Meeting für Sportler und Trainer
13:30 bis 14:30	P A U S E			
14:30 bis 15:30	Heian Godan	Jion	Unsu	Teach the Trainer Thema: Bunkai
15:45 bis 16:45	Heian Sandan	Gojushiho Dai	Meikyo	
17:00 bis 18:00	Heian Yondan	Bassai Dai	Gankaku	
ab 18:00	Gemütliches Beisammensein			