



**SHOTOKAN KARATE
DOJO SEEHEIM**



DAN-Vorbereitungslehrgänge

zur Prüfung vom 1. bis 5. DAN am 02.11.2024

Interessenten, die an der DAN-Prüfung am 02.11.2024 in Geisenheim teilnehmen wollen, haben die Möglichkeit sich bei den Prüfern Karl-Heinz Griebenow 7. DAN und Heinz Zobus 6. DAN vorzubereiten.

Termine:

Am Samstag, den **31.08.2024**, **21.09.2024** und **12.10.2024** in der Zeit von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

in **Geisenheim, Turnhalle des Schulzentrums**

[Google Maps](#)

Inhalte:

Kihon aus den jeweiligen Prüfungsprogrammen.
Kata und Bunkaiformen der gewünschten Tokui Kata
Verteidigungsanwendungen aus dem Kihon

Gebühr: keine

Anwärter(innen) zur Prüfung können auch am Vereinstraining teilnehmen.

Freitag: 18:00 bis 20:00 Uhr in Seeheim-Jugenheim, Aula Schuldorf Bergstraße

oder

Freitag: 19:00 bis 21:00 Uhr Turnhalle des Schulzentrums in Geisenheim ([Google Maps](#))

Rückfragen/Anmeldungen an: heinzobus@shodan-do.de; khgriebenow@googlemail.com