

Eröffnungslehrgang – Seibukan Karate Dojo Leipzig

- Sensei** Daniel Herzog, 5. Dan Karate / 4. Dan Kobudo
Thomas Ogorzelsky, 1. Dan Karate / 2. Dan Kobudo
- Wann?** Samstag, 25.10.25
- Wo?** Seibukan Karate Dojo Leipzig
Gustav-Adolf-Str. 45, 04105 Leipzig
- Wer?** Alle Karateka und Kobudoka mit Interesse
- Kosten?** 1. Teil (09:30-12:00 Uhr) 25€
2. Teil (13:15-18:15 Uhr; ab Grüngurt **oder** ab 12 Jahre!) 35€
Beide Teile 50€

Überweisung vorab, Bankverbindung siehe unten

Mitbringen Dogi, Karatepass, für Kobudo Waffen laut Trainingsplan

Anmeldung per Mail an info@karate-kampfkunstschule-leipzig.de
Meldeschluss 11.10.25

Sonstiges Verpflegung tagsüber vor Ort gegen freiwillige Spende
(belegte Brötchen, Würstchen, Kuchen, Getränke)

Abendessen auf eigene Rechnung, Begleitung möglich, bitte bei Anmeldung mit angeben, Restaurant wird noch bekannt gegeben

Trainingsplan

Uhrzeit	Thema	Trainer
Ab 09:00 Uhr	Anmeldung	
09:30-10:30 Uhr	Kihon Renshu/Zenshin Kotai	Herzog/Ogorzelsky
10:45-12:00 Uhr	Kata Seisan	Herzog/Ogorzelsky
12:00-13:15 Uhr	Mittagspause	
13:15-14:30 Uhr	Kata Passai	Herzog/Ogorzelsky
14:45-16:00 Uhr	Kobudo – Bo Kihon für alle	Herzog/Ogorzelsky
16:00-16:45 Uhr	Kaffeepause	
16:45-18:15 Uhr	Ippon Kumite und Bunkai	Herzog/Ogorzelsky
Ab 19:30 Uhr	Abendessen	