



**INTERNATIONAL
BUDO FEDERATION
DEUTSCHLAND e.V.**

MITGLIED DER IBF-INTERNATIONAL · REPRÄSENTANT FÜR DEUTSCHLAND

An alle Mitglieder
der IBF – Deutschland e.V.

Disziplinvorsitzender IBF - Shotokan-Karate Do

Markus Höpker 3. Dan

Seelhorst 10
49191 Belm

Einladung zum **Kata- und Bunkai-Lehrgang***

(Formen)

(Anwendung / SV)

Mit

Sensei **Thomas Narloch 5. Dan** Shotokan Karate

und

Sensei **Markus Höpker 3. Dan** Shotokan Karate

Am 24.08.2024 findet in Osnabrück ein stiloffener Karate-Lehrgang statt.

Zeit/Veranstalter : Anmeldung ab sofort an karate@hoepker.info oder vor Ort ab 8:45 Uhr
Beginn 9:30 Uhr
SSC Dodesheide e.V. / redhandfist – Markus Höpker

Programm : 9:30 – 10:30 Uhr **Kata “Heian Yondan“** (Unterstufe) / ab 8.Kyu / 8. Kup
10:30 – 11:30 Uhr **Kata “Chinte“** (Oberstufe) ab 5.Kyu / 5.Kup
12:00 – 13:00 Uhr **Bunkai/Anwendung “Heian Yondan“** (Unterstufe)
13:00 – 14:00 Uhr **Bunkai/Anwendung “Chinte“** (Oberstufe)

Ort : Turnhalle Heilig-Geist-Grundschule
Reinhold-Tiling-Weg 60 / 49088 Osnabrück

Kosten : **Mit IBF-Pass 15,- €** **Ohne IBF-Pass 20,- €**
inkl. Sichtmarke 2024

Teilnehmer : Alle Sportler/innen ab 10 Jahre (**mit** und **ohne** Vorkenntnisse)

Mitzubringen : Tiefschutz sofern vorhanden

*** =** : Lehrgang kann als Danvorbereitung für Shotokan Karate eingetragen werden!

Es kann sein, dass Bild- und Videoaufnahmen vom Lehrgang erstellt werden. Wer damit nicht einverstanden ist, teilt dies bitte bei der Anmeldung mit. Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr! Ausrichter / Veranstalter übernehmen keine Haft- und Gewährleistungen für Sach- sowie Personenschäden!

Mit freundlichen Grüßen

Markus Höpker