

# SKA-Rülzheim



## Dan-Shakai

Andra Ziza, 5. Dan

Wolfgang Adam, 5. Dan

09. November 2019 in 76761 Rülzheim  
Sporthalle der IGS Rülzheim, Schulstr. 17

### Trainingszeiten:

10.00 - 11.30 Uhr

auch für Dan-Anwärter

11.45 - 13.15 Uhr

### Trainingsinhalte:

Kumite in 4 verschiedenen Richtungen mit 4 Gegnern  
mit Grundtechniken und Schwerpunkt auf Abstände,  
Timing und Koordination

Kata Bunkai: Tekki Shodan - Tekki Nidan

### Lehrgangsgebühr:

10,00€

### Ausrichter:

SKA Rülzheim

Andra Ziza

0176 31276801

Andra@ska-ruelzheim.de

Der Ausrichter lehnt jegliche Haftung ab.

Die Teilnehmer erklären sich mit der Veröffentlichung von  
Bild- und Filmmaterial einverstanden.

