

## Ferienprogramm SOK im KDNW

Termine	Jeweils Dienstag und Donnerstag in den ersten drei Ferienwochen 21.07.2026 – 23.07.2026 – 28.07.2026 – 30.07.2026 – 04.08.2026 – 06.08.2026
Zeit	19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Ausrichter	Karate do Yamabiko Leverkusen e.V.
Ort	Wolfgang Obladen Halle der GGS Regenbogenschule Scharnhorststr. 5, 51377 Leverkusen
Lehrgangsgebühren	Lehrgangsgebühren fallen nicht an
Ansprechpartner / Referent	Peter Sienko – 0170 / 40 12 376 – <a href="mailto:peter@sienko.de">peter@sienko.de</a>
Hinweis	Der KDNW sowie der Ausrichter übernehmen keine Haftung Anmeldung erwünscht aber nicht zwingend – <a href="mailto:peter@sienko.de">peter@sienko.de</a>

Liebe Freunde,

um die Trainingspause der Sommerferien zu verkürzen, wollen wir uns in den ersten drei Ferienwochen ganz intensiv mit der Kanku-Dai beschäftigen.

Die Entwicklung unserer Shotokan Kanku-Dai geht auf die Kwanku – Kushanku – Ko-sho-kun auf Okinawa zurück.

- Training von Anfang an
- ganz genau Aufarbeitung der Kata
- mit Videokontrolle
- Hintergrundinfos zu Geschichte
- Effektive Anwendungen

Es ist als Ferienprogramm konzipiert, d.h. es ist für alle interessierten Kyu- und Dangrader offen. Wir bauen die Kata systematisch von Anfang an auf; bis auf Neugier und Trainingslust sind keine Voraussetzungen nötig.

Ich freue mich auf euch



Euer Peter  
Stv. SOK Koordinator

**Parken:**

