



Bezirkskader Mittelfranken



Liebe Karateka,

14.10.2025

das nächste Bezirkskadertraining findet statt am **Samstag, 22.11.2025** in der

Ballspielhalle TuS 1861 e.V.
Moosbacher Weg 23
91555 Feuchtwangen

*Ein herzliches Dankeschön an den
Ausrichter, die Karate Abteilung des
TuS Feuchtwangen 1861!*

Programm:

10:00 bis 10:25	Athletiktraining / gemeinsames Aufwärmen alle zusammen	
Pause		
	Kata Steffi / Dennis	Kumite Daniel
10:30 bis 11:40	Basistraining für alle	Leistungstraining nur Bezirkskader
Pause		
11:50 bis 13:00	Leistungstraining nur Bezirkskader	Basistraining für alle

Teilnahme:

Das Kadertraining ist grundsätzlich für alle wettkampffinteressierten Karateka des Bezirks offen. Mindestgraduierung ist für Kinder und Schüler (9 bis 13 Jahre) der 8. Kyu, für alle anderen Klassen (ab 14 Jahren) der 6. Kyu.

Auch Heimtrainer und Dojoleiter sind herzlich eingeladen.

Sonstiges:

- Für das Athletik- und Kunitetraining genügt Sportkleidung. Bitte bringt aber einen Gi mit.
- Für das Kunitetraining ist die vollständige Schutzausrüstung notwendig.
- Für das Katatraining müsst ihr den Ablauf eurer Wettkampfkatas sicher beherrschen.
- Bitte bringt euch selbst Getränke und Essen mit.

Info:

Falls ihr Fragen habt, meldet euch gerne bei

Dennis: knebel.dennis@karate-mittelfranken.de

Wir freuen uns auf das gemeinsame Training!

Euer Mittelfranken-Trainerteam

Hier gibt es unsere Trainingsjacken:

<https://www.budolife.de>

Landesverbände > Bayern > Mittelfranken

