

INTERNATIONALES AKS-BUDOMEETING

15. bis 17.09.2023
in Wilhelmshaven

2023

Freitag, 15.00 Uhr
Danprüfungen Chi Do Kwan (AKS)
Wado Ryu nach Voranmeldung im DKV



Heinrich Reimer
8. Dan



Andreas Modl
8. Dan



Frank Siegmund
7. Dan



Holger Janßen
5. Dan



Detlef Oestreich
4. Dan



Tino Kunze
4. Dan



Katrin Zietz
3. Dan

Unser Trainerteam für die Kindereinheiten:
Uwe Ferdyn, 1. Dan und Dennis Bergemann 3. Kyu



Version 1.1
Stand: 19. Juni 2023

AKS-BUDOMEETING 2023

15. bis 17.09.2023 in Wilhelmshaven

AUSRICHTER UND VERANSTALTER:

WSSV Wilhelmshaven, AKS Karate



VERANSTALTUNGSORT:

WSSV Wilhelmshaven, Sportforum 30, 26386 Wilhelmshaven

LEHRGANGSGEBÜHR:

für alle 3 Tage € 45,- | nur Freitag € 15,- | nur Samstag € 35,- | nur Sonntag € 20,-
Kinder € 10,- (für die Kinder-Einheiten)

DIE PRÜFUNGEN:

Dan-Prüfung: Freitag, 15.09.2023.

Beginn: 15:00 Uhr im Gym I, WSSV Wilhelmshaven, Sportforum 30, 26386 Wilhelmshaven.

Kyu-Prüfung im AKS, Wado Ryu, Shotokan, AKS-Kobudo und SOK
sind am Sonntag, 17.09.2023 möglich. Bitte vorher anmelden.

BEGRÜSSUNGSTRAINING:

Freitag, 15.09.2023 um 18:00 Uhr im Gym I beim WSSV.

LEHRGANGSINHALTE:

Kata | Kumite | Kihon | Kobudo (Waffen) | Bodenkampf | Selbstverteidigung | Hebel | Würfe

ÜBERNACHTUNGSMÖGLICHKEIT:

Ihr könnt in der Halle oder im Wohnmobil direkt beim WSSV übernachten. Für Hotel- und Pensionsübernachtungen möchte bitte jeder selber sorgen. Günstige Hotelzimmer gibt es z.B. im beans parc hotel Jade, Tel. 04421/773370 oder www.preiswert-uebernachten.de

HAFTUNG:

Während des Lehrgangs werden möglicherweise Bild-, Ton- und Filmaufzeichnungen gemacht. Bei eurer Teilnahme erklärt ihr euch mit einer möglichen Veröffentlichung einverstanden. Eure Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Haftung nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen.

HINWEIS:

Das Waffentraining erfolgt nur, wenn genügend Teilnehmer da sind und ihr entsprechende Waffen (Cane, Hanbo, Bo, Sai, Tonfa, Kama) dabei habt. Einige Trainingswaffen sind vorhanden, verlasst Euch aber nicht darauf.

Der Lehrgang ist so aufgebaut, dass ihr euch die verschiedenen Trainingseinheiten nach eigener Wahl zusammen stellen könnt.

VERPFLEGUNG:

Für preiswerte Getränke und Snacks während des Lehrganges ist gesorgt. Abends wollen wir noch gemeinsam Essen und gemütlich Beisammen sein. Vorherige Anmeldung für die Essensteilnahme ist bis zum 11.09. notwendig (siehe nächste Seite).

INTERESSE ODER WEITERE INFOS NOTWENDIG?

Andreas Modl 0172 561 15 71 / Holger Janßen 04421/81144 oder 0160 90295950

Änderungen vorbehalten!

VERPFLEGUNGSANGEBOT AKS-BUDOMEETING



Freitag/Abend:

Griechisches Büfett € 17,00
Vegetarisches Essen möglich (nach Karte)

Samstag/Frühstück:

zu fairen Preisen möglich

Samstag/Abend:

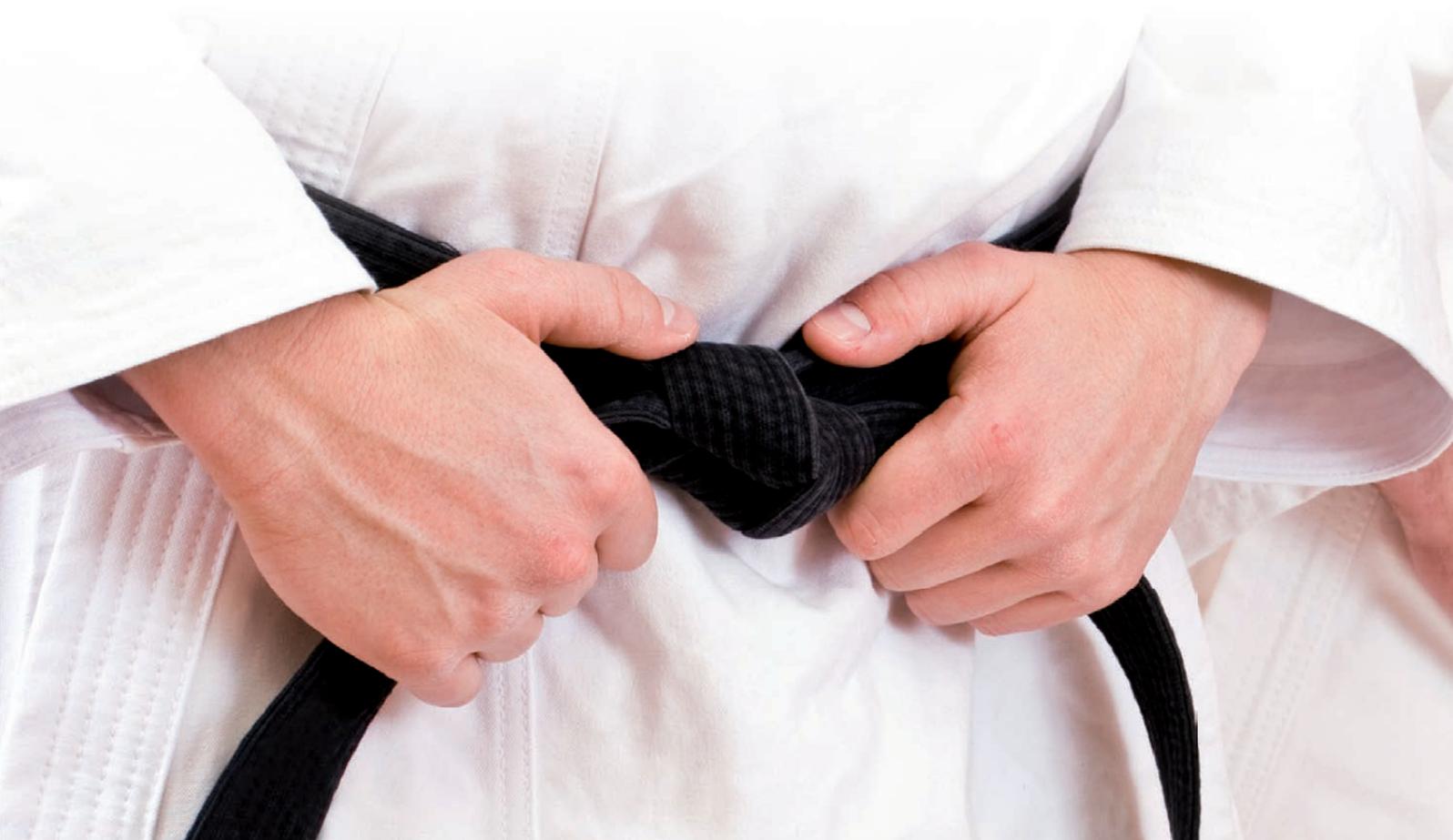
Menü mit drei Sorten Fleisch € 17,00
Vegetarisches Essen möglich (nach Karte)

Sonntag/Frühstück:

zu fairen Preisen möglich

Über Tag:

Kaffee, Tee, Bockwurst mit Kartoffelsalat, Salate etc. zu fairen Preisen



ABLAUFPLAN

Freitag	Sporthalle links (Parterre)	Sporthalle rechts (Parterre)	Gym I (Dachgeschoss)	Gym II (kl. Gebäude)
15.00 Uhr - Ende			Danprüfung	
18.00 - 19.15 Uhr	Begrüßungstraining			
20.00 Uhr - Ende	Büfett bei einem griechischen Restaurant (17.00 Euro pro Person / vegetarisch nach Karte)			

Samstag	Sporthalle links (Parterre)	Sporthalle rechts (Parterre)	Gym I (Dachgeschoss)	Gym II (kl. Gebäude)
10.00 - 10.15 Uhr	Begrüßung für alle			
10.15 - 11.25 Uhr	Grundschule H. Reimer/K. Zietz	Hanbo Anfänger A. Modl	Kindertraining U. Ferdyn / D. Bergemann	Würfe und Fallübungen F. Siegmund
11.40 - 12.50 Uhr	Kobudo D. Oestreich	Hanbo Fortgeschrittene A. Modl / H. Janßen	Kindertraining U. Ferdyn / D. Bergemann	Bodenkampf & Techniken am Boden F. Siegmund
12.50 - 13.50 Uhr	Mittagspause			
13.50 - 15.00 Uhr	Prüfungsprogramm AKS T. Kunze / K. Zietz	AKS Schülerkatas Taeyoko bis Nidan H. Janßen	traditionelle Partnerübungen für AKS Prüfungen A. Modl	Selbstverteidigung F. Siegmund
15.10 - 16.20 Uhr	Kobudo D. Oestreich / H. Reimer	AKS Schülerkatas Sandan bis Godan H. Janßen / K. Zietz	1 Dankata AKS n. Wahl d. Teilnehmer F. Siegmund	Selbstverteidigung T. Kunze
16.30 - 17.40 Uhr	Kobudo D. Oestreich	Beintechniken spezial A. Modl / K. Zietz	Karate und Chi Gong treffen sich (ab 3. Kyu) F. Siegmund	Heinrich spezial H. Reimer / T. Kunze
17.50 - 18.30 Uhr	Feierliche Danverleihung			
19.00 Uhr - Ende	Büfett beim KGV Rüstringen (17.00 Euro pro Person / vegetarisch nach Karte)			

Sonntag	Sporthalle links (Parterre)	Sporthalle rechts (Parterre)	Gym I (Dachgeschoss)	Gym II (kl. Gebäude)
10.00 - 11.20 Uhr	Kobudo D. Oestreich / H. Reimer	Cane Kata und Grundschule H. Janßen	1 Dankata AKS n. Wahl d. Teilnehmer F. Siegmund	SV a. d. Wand u. mit ungew. Gegenständen T. Kunze/K. Zietz
11.40 - 13.00 Uhr	Tai Sabaki A. Modl	Selbstverteidigung mit dem Cane H. Janßen	Prüfungsprogramm AKS T. Kunze / K. Zietz	Gleichgewichtsbrecher F. Siegmund
13.00 - 13.45 Uhr	Mittagspause			
13.45 Uhr - Ende				Kyu-Prüfungen AKS und Wado Ryu

Trainingsplan unter Vorbehalt. Änderungen bei Bedarf möglich.

Version 1.1 _ 19.06.2023

AKS-BUDOMEETING
 15. bis 17.09.2023 in Wilhelmshaven