

Katastützpunkt Hannover



freitags, 18:15 – 21:30 Uhr (ganzjährig, außerhalb der Ferien und Feiertage)



Sporthalle der Gartenheimschule
Gartenheimstraße 2 in 30659 Hannover
(Straßenbahn-Linie 9, Station Kurze-Kamp-Straße)



- zur Wettbewerbsvorbereitung, Prüfungsvor- und nachbereitung
- für Trainer*innen, die im eigenen Verein oder darüber hinaus Kata unterrichten oder etablieren möchten
- zum Finden von Kata-Partner*innen für Prüfung oder Wettbewerb
- zur Erforschung und zum Studium selten geübter Kata

... oder einfach nur, weil Kata die älteste Technikerwerksform sowie eine fantastische Trainingsform ist!



- offen für alle an Kata interessierten Judoka, Unterrichtung nach Wunsch und Ausbildungsstand der Teilnehmer*innen – **jede*r ist willkommen!**
- **NEU:** Kosten pro Trainingsabend für TN, die nicht dem TuS Bothfeld angehören (Mattengeld): zu zahlen sind je TN 2,00€ - durch Erwerb einer übertragbaren 10er-Karte für 20€
- Nage no kata / Katame no kata / Jû no kata / Kôdôkan goshinjutsu / Koshiki no kata / Kime no kata
- Itsutsu no kata / Gonosen no kata (DJB-Variante, Kawaishi-Variante sowie Mifunes Nage waza ura no kata)
- Seiryoku zen'yô kokumin taiiku no kata (inkl. Kime shiki und Jû shiki) / Gô no kata/ Rensa no kata / Ebo no kata / Hofmanns Demo Kata / Hiranos Nanami no kata
- Material zum Selbststudium für weitere Kata
- Kohai-Senpai-Prinzip
- Lernhelfer*in: Wolfram Diester und Jutta Milzer (beide 5. Dan, Trainer B, DJB-Katawertungsrichter, Shutoku-Zertifikate des Kôdôkan, zahlreiche Teilnahmen an Kata-Meisterschaften)



In Coronazeiten unerlässlich: Bitte unbedingt anmelden und vor Ort Kontaktdaten (gem. Art. 6 Abs. 1 lit d) DSGVO) hinterlegen.



Kontakt

Wolfram Diester: wdiester@htp-tel.de
(0511) 234 67 50

Jutta Milzer: milzer@gmx.de
(0170) 869 31 35

Veranstalter:
Bezirksfachverband Judo Hannover
(eine Untergliederung des Niedersächsischen
Judo-Verbandes e.V.)

Ausrichter:
TuS Bothfeld von 1904 e.V. – Abteilung Judo