



# DAN-VORBEREITUNGSLEHRGANG GOJU-RYU (PRÜFUNG IN BAD BENTHEIM AM 07.03.2026)

## GKD-LEHRGANG MIT ULI HECKHUIS, THORSTEN DIRKS UND JUDITH NIEMANN 21.02.2026, 13.00-16.30 UHR

Bilder: Höner

### *Theorie*

Wir betrachten in diesem Lehrgang das Karate-Do als ganzheitliches System: Kihon, Kata und Partnerübungen bauen aufeinander auf und greifen ineinander. Fokus für den Partner und Effizienz der Techniken.

### *Praxis: Bewegungsstrukturen und Individualität*

Wir bearbeiten das Prüfungsprogramm und arbeiten an Impulsgebung, Angriffslinie und Distanzarbeit. Bringt gern eure\*n Prüfungspartner\*in mit.

Eingeladen sind angehende Prüflinge (ab 3. Kyu) sowie Trainer, sich mit den Anforderungen von Dan-Prüfungen auseinanderzusetzen.

### **KSG GRAFSCHAFT BENTHEIM & GOJU-RYU KARATE-BUND DEUTSCHLAND**

Burg-Gymnasium, Prof.-Prakke-Straße, 48455 Bad Bentheim  
Teilnahme ab 3. Kyu. Die Teilnahme kann im DKV-Ausweis eingetragen werden.

**Verbindliche Voranmeldung gewünscht** mit Vorname, Nachname, Alter, Graduierung und Heimatverein an [thorstendirks@web.de](mailto:thorstendirks@web.de) Rückfragen per Mail oder unter 0152 54616193.

Ausrichter und Veranstalter lehnen jegliche Haftung ab. Mit der Teilnahme am Lehrgang erklären sich die Teilnehmer einverstanden, dass die von ihnen im Zusammenhang mit dem Lehrgang gemachten Fotos und Filmaufnahmen genutzt, verbreitet und veröffentlicht werden dürfen.

