



# 9. SHOTOKANTAG

## IM DEUTSCHEN KARATE VERBAND - 2025



**BERNHARD MILNER**

**9.DAN**

**LUIS-MARIA-SANS**

ehem. Kata Nationaltrainer Spanien

**8.DAN**

**KLAUS BITSCH**

**7.DAN**

**ULRIKE MAAS**

**6.DAN**

**MOHAMMED ABU WAHIB**

**5.DAN**

**ROLAND LOWINGER**

**9.DAN**

**ANTONIO DIONISIO**

**8.DAN**

**DETLEF HERBST**

**8.DAN**

**SILVIA SCHNABEL**

**6.DAN**

**JOHANNA KNEER**

**3.DAN**

|               | Halle 1                                                        | Halle 2                                        | Halle 3                                         | Halle 4                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | 7. - 4. Kyu                                                    | 3. - 1. Kyu                                    | ab 1. Dan                                       |                                                                                                                                                                                                                        |
| ab 09:00      | Eintreffen                                                     |                                                |                                                 |                                                                                                                                                                                                                        |
| 09:15 - 10:00 | Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen (Kneer)                    |                                                |                                                 |                                                                                                                                                                                                                        |
| 10:00 - 11:00 | NEU Kinder-Training von 6 bis 10 Jahren Alle Graduierungen NEU |                                                |                                                 | <b>NEU - NEU - NEU</b><br>Kneer - Wahib<br><b>Kinder-Training</b><br>von 6 bis 10 Jahren<br>mit<br>Kneer und Wahib                                                                                                     |
| 10:00 - 11:00 | Heian Yodan und Heian Godan                                    | Karatespezifische Aufwärmgymnastik             | Sanbon, Gohon, Happo Kumite                     |                                                                                                                                                                                                                        |
| 11:15 - 12:15 | Angriff und Konter                                             | Gewichtsausnutzung des Gegners im Kumite       | Gojushiho Dai und Bunkai                        |                                                                                                                                                                                                                        |
| 12:30 - 13:30 | Tekki Nidan und Bunkai                                         | Tekki Sandan und Bunkai                        | Didaktik-Methodik im Kata-Training              |                                                                                                                                                                                                                        |
| 13:30 - 14:30 | Pause/Buffer                                                   |                                                |                                                 |                                                                                                                                                                                                                        |
| 14:30 - 15:30 | NEU Kinder-Training von 6 bis 10 Jahren Alle Graduierungen NEU |                                                |                                                 |                                                                                                                                                                                                                        |
| 14:30 - 15:30 | Yoko-Geri Chudan-Einsatz im Kumite                             | Enpi und Bunkai                                | Unsu und Bunkai                                 | Die Shotokan-Stilrichtung im DKV lädt hiermit zu einem besonderen Lehrgangsereignis ein. Im Zeichen des Tigers gibt es an einem Tag ein kompaktes und vielfältiges Lehrgangsangebot mit spezieller Ausrichtung auf den |
| 15:45 - 16:45 | Grundschultechniken i. d. Selbstverteidigung                   | Heian Shodan und deren Variationsmöglichkeiten | Grundschulformen und deren Anwendung am Partner |                                                                                                                                                                                                                        |
| 17:00 - 18:00 | Wankan und Bunkai                                              | Mawashi-Geri und Anwendungsmöglichkeiten       | Bassai Sho                                      |                                                                                                                                                                                                                        |

## TRAINING IM ZEICHEN DES TIGERS

**20. September 2025**

**Bietigheim-Bissingen**

Veranstalter: DKV Stilrichtung „Shotokan“  
Ausrichter: Karate Dojo Bietigheim  
Ansprechpartner: Uwe/Bianca Caren  
Tel.: 0171-5366784  
Haftung: Veranstalter und Ausrichter  
lehnen jegliche Haftung ab.  
Mit Teilnahme am Lehrgang ergeht Zustimmung für Video- und Fotoaufnahmen.

Kontakt:  
Bundesstilrichtungsreferent  
Shotokan  
Roland Lowinger  
Mobil 0171-2857540  
Lowinger@t-online.de

**Jahnsporthalle**  
**Jahnstraße 91**  
**74321 Bietigheim/Bissingen**



Die Shotokan-Stilrichtung im DKV lädt hiermit zu einem besonderen Lehrgangsereignis ein. Im Zeichen des Tigers gibt es an einem Tag ein kompaktes und vielfältiges Lehrgangsangebot mit spezieller Ausrichtung auf den Shotokan-Stil. Die Stilrichtung Shotokan bietet die Möglichkeit am Shotokan-Tag, in dieses ursprüngliche Karate, das noch den Samurai-Geist spüren lässt, einzutauchen. Die Einladung zum 8. Shotokan-Tag, für den viele renommierte Trainer gewonnen werden konnten, richtet sich an Nachwuchs-Karateka ebenso wie an erfahrene Danträger/innen und Trainer/innen, die über Jahrzehnte ihrer Stilrichtung treu verbunden geblieben sind und diese Verbundenheit in der Begegnung mit alten Weggefährten neu beleben wollen.

Während der Pause gemütliches Beisammensein bei einem Mittagessen (Kostenlos)

**Der Lehrgang ist kostenlos**