

# Kata- Trainingsplan

Stand 05. Juli 2018



Termin	Trainingsinhalt
06. Jan.	Chinte (Michael Jarchau)
13. Jan.	Heian Katas
20. Jan.	Heian Shodan / Heian Nidan
27. Jan.	Julian Chees in Münster
03. Feb.	Alle krank...
10. Feb.	Heian Yondan
17. Feb.	SiamGasshukuSpezial (Michi Jarchau)
24. Feb.	Kangeiko & Weißwürstl
03. März	Heian Godan (Michael Jarchau)
10. März	Enpi
17. März	Tekki Shodan
24. März	Kanku Dai
31. März	Heian Shodan
07. April	Hangetsu (Michael Jarchau)
14. April	Lehrgang mit Hideo Ochi in Münster
21. April	Heian Nidan
28. April	Jitte
05. Mai	Westdeutsche Meisterschaft (Coesfeld)
12. Mai	Kata Spezial (Tauberbischofsheim)
19. Mai	Heian Sandan
26. Mai	Chinte (Michael Jarchau)
02. Juni	Heian Yondan (Michael Jarchau)
09. Juni	Deutsche Meisterschaft (Bochum)
16. Juni	Nijjushihō
23. Juni	Nakayama Cup (Krefeld)
30. Juni	Mauritz 4tel-Fest

Termin	Trainingsinhalt
07. Juli	Heian Katas
14. Juli	Heian Godan
21. Juli	Kanku Dai (Michael Jarchau)
28. Juli	Meikyo
04. Aug.	Gasshuku-Woche
11. Aug.	Gangaku (Michael Jarchau)
18. Aug.	Tekki Sandan
25. Aug.	Bo-Lehrgang mit Jochen Dressel
01. Sept.	Lehrgang mit Jörg Reuss
08. Sept.	Kanku Sho (Michael Jarchau)
15. Sept.	Sochin
22. Sept.	Lehrgang mit Jochen Glaß
29. Sept.	Heian Nidan
06. Okt.	Enpi (Michael Jarchau)
13. Okt.	Gojushihō Dai
20. Okt.	Heian Shodan
27. Okt.	Nordd. Meisterschaft (Hannover)
03. Nov.	Bassai Sho (Michael Jarchau)
10. Nov.	JKA Cup (Bottrop)
17. Nov.	Goju Ryu/Shotokan CrossOver (Alex)
24. Nov.	Lehrgang mit Thomas Schulze
01. Dez.	Heian Sandan
08. Dez.	DojoCup / Dojo Weihnachtsparty
15. Dez.	Gojushihō Sho (Michael Jarchau)
22. Dez.	Bassai Dai
29. Dez.	Stattdessen SilvesterSpecial: 27 Katas