

SKA - Rülzheim  
SKA - Rülzheim



# Dan - Shakai

auch für Dan-Anwärter

**Andra Ziza 5. Dan**  
**Wolfgang Adam 5. Dan**

**09. November 2024**

**Schulstr.17, 76761 Rülzheim**  
**Sporthalle der IGS**

**Trainingszeiten:**

10.00 - 11.30 Uhr

11.45 - 13.15 Uhr

**Trainingsinhalte:**

Kihon, Kumite: Kombinationen mit Richtungs- und  
Rollenwechsel Angriff/Abwehr

Kata Bunkai: Meikyo

**Lehrgangsgebühr:**

**10.00 €**

**ab 14.00 Uhr**

**Shotokan 1. bis 5. Dan**

**Ausrichter:**

SKA Rülzheim

Andra Ziza

0176 31276801

Andra@SKA-Ruelzheim.de

www.Ruelzheim.de

Der Ausrichter lehnt jegliche Haftung ab.

Die Teilnehmer erklären sich mit der Veröffentlichung von Bild und Filmmaterial einverstanden.