



Shotokan Karate Akademie

Brühlstraße 36 • 88212 Ravensburg
Tel. 0751 – 2 33 13 • Fax 0751 – 3 33 34

Termine 2024

13. – 17. Mai
16. – 20. September
4. – 8. November

Jeweils
Montag – Freitag

Seminarkosten inklusive Übernachtung im DZ mit TV, Duschen und WC im Karate-Sportzentrum, Euro 240,-
Da die Seminare auf maximal 12 Teilnehmer limitiert sind bitten wir um rechtzeitige verbindliche Anmeldung.



Günter Mohr
9. DAN Shotokan

Dieses Seminar bietet individuelle Schulung in den Breichen Kihon, Kumite und Kata. Somit ist es eine lehrreiche Ergänzung des eigenen Trainings, gibt neue Impulse und ist ideal zur Prüfungs- und Meisterschaftsvorbereitung.
Am Ende der Woche kann eine Kyu-Prüfung abgelegt werden.
Dan-Prüfungen sind zu den offiziellen Terminen des DKV möglich.

Für die Zubereitung kleinerer Mahlzeiten steht den Teilnehmern eine Küche zur Verfügung. Die Therapiemöglichkeiten in der KG- und Massagepraxis können von allen Teilnehmern auf eigene Kosten oder Rezept genutzt werden. Für besondere Probleme ist ein Termin mit unserem Sportarzt möglich.

Lehrplan der Shotokan Karate Akademie

Montag		Anmeldung und Begrüßung Vergabe der Zimmer
18.00 – 19.00		Katatraining
19.00 – 20.00		Kumitetraining
Dienstag		11.00 – 12.15 Individualtraining
19.00 – 20.00		Heian Katas
20.00 – 21.30		Grundtechniken, Partner übungen und Kumite
Mittwoch		11.00 – 12.30 Individualtraining
15.30 – 18.30		Thermalbadbesuch in Saulgau
Donnerstag		10.00 gemeinsames Frühstück
11.00 – 12.30		Individualtraining
19.00 – 20.00		Grundlagen, Kihon und Kata
20.00 – 21.30		Kumitetechniken, Partner übungen und Kumite
Freitag		10.00 – 11.30 Wiederholung der Wochen- schwerpunkte, eventuell Testprüfung, anschließend Übergabe der Teilnehmerurkunde

Täglich stehen während der Öffnungszeiten sämtliche Einrichtungen des Karateleistungszentrums wie Kraft- und Fitnessraum, Sauna und Solarien zur Verfügung.

Mitzubringen sind Karate-Gi, Trainingskleidung, Sportschuhe und ein großes Handtuch für die Sauna.

Anmeldung bitte mit Namen, Anschrift und Telefon, sowie Kyu- oder Dan Grad und gewünschter Termin.
Am besten per E-mail: info@kjc-sportcenter.de oder
Fax: 0751 – 3 33 34

Lehrgänge und Seminare 2024

Datum	Ort	Dan-Prüfung	Ausrichter	Telefon
Mo. 13. – Fr. 17. Mai	Shotokan Karate Akademie Ravensburg	17. Mai	Günter Mohr	0751 – 2 33 13
Sa. 15. Juni	Hamburg – Bergedorf, TSG Bergedorf	15. Juni	Ibo Günes	0171 – 36 36 766
Mo. 16. – Fr. 20. September	Shotokan Karate Akademie Ravensburg	20. September	Günter Mohr	0751 – 2 33 13
So. 6. Oktober	Budo-Club Rheintal, Eschbach, BW	6. Oktober	Patrick Au	0 76 34 – 50 82 98
So. 20. Oktober	Shotokan Karate Akademie Ulm		Rolf Vennemann	0171 – 19 05 989
Mo. 4. – Fr. 8. November	Shotokan Karate Akademie Ravensburg	8. November	Günter Mohr	0751 – 2 33 13



Shotokan Karate Akademie

Brühlstraße 36 • 88212 Ravensburg
Tel. 0751 – 2 33 13 • Fax 0751 – 3 33 34

mit Günter Mohr, 9. DAN Shotokan



Günter Mohr,
Vize-Weltmeister 1977
mehrfacher Dt. Meister
und Int. Dt. Meister
Bundstrainer 1980 – 2000

Johanna Kneer
2-fache Europameisterin 2023,
Vielfache und amtierende
Deutsche Meisterin 2024,
Sportlerin des Jahres
2023 in Ravensburg

Lazar Boskovic,
Weltmeister 2000,
Vize-Weltmeister 2002
mehrfacher Dt. Meister



Int. Lehrgänge & Seminare

für die Nationalteams und Athleten aus:

kjc-ravensburg.de

facebook.com/guenter.mohr.karate

Japan • Indonesien • Türkei • Sri Lanka • Ägypten • Taiwan • USA • Norwegen • Brasilien

