

# Wado-Kai Karate Herbstlehrgang in Meißen

## 25. -27. Oktober 2024

Sporthalle der Afra Grundschule, Leipziger Str. 65, 01662 Meißen

### Trainingsplan für Kinder bis 13 Jahre / 7. Kyu und Kindertrainer

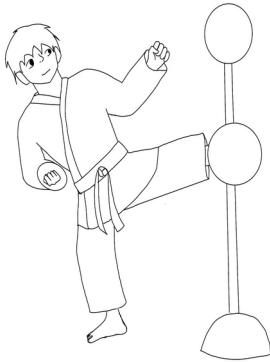




**Wado Kai**  
Trainer & A-Prüfer

**Dr. Elke von Oehsen**  
**Werner Buddrus**

9. Dan Wado-Kai  
7. Dan Wado-Kai

**Franz Bohnert**  
**André Jätzschmann**

6. Dan Wado-Kai  
5. Dan Wado-Kai

Zeit / Tag	Freitag 25.10.2024	Samstag 26.10.2024	Sonntag 27.10.2024
10:00-11:00		<b>Partnerübungen</b> Trainer: Franz Bohnert	
11:00-12:00		<b>Fallen und Rollen</b> Trainer: Franz Bohnert	
ab 13 Uhr			
18:00-19:00	<b>Armtechniken</b> Trainer: André Jätzschmann		
19:00-20:00	<b>Zweikampfspiele</b> Trainer: André Jätzschmann		

**Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.**

Die Teilnahme am Lehrgang bestätigt das Einverständnis, Bilder oder Filmaufnahmen für die Veröffentlichung (z.B. Homepage, Tageszeitung) freizugeben.