

# SHŌTŌKAN STOCK LEHRGANG

## mit Henning Wittwer

Autor der Bücher

»Shōtōkan – überlieferte Texte & historische Untersuchungen«  
»Shōtōkan – überlieferte Texte & historische Untersuchungen. Band II«  
»Funakoshi Gichin & Funakoshi Yoshitaka: zwei Karate-Meister«  
»Karate. Kampfkunst. Haplogenie«

»Higaonna Kamesuke über Karate in Okinawa, Japan & Hawaii«

»Shōtōkan – überlieferte Texte & historische Untersuchungen. Band III«

»Untersuchungen zu Funakoshi Gichins Einführung in das Karate«

neu!

## am 16. & 17. März 2024 in Niesky / Sachsen



Im klassischen Shōtōkan-Ryū werden vier *Kata* mit dem Stock (*Kon* bzw. *Bō*) praktiziert:

- 1 - Shūji no Kon
- 2 - Sakugawa no Kon
- 3 - Matsukaze no Kon
- 4 - Shirotaru no Kon

**Inhalte** unseres Lehrgangs sind **(1)** die Erläuterung von Hintergründen zur Geschichte & Lehre des Stocks im Shōtōkan, **(2)** das Erlernen & Üben des Ablaufs der *Kata* Shūji no Kon in Gruppe A und Matsukaze no Kon in Gruppe B, **(3)** deren Anwendungen gegen einen Gegner (*Kumibō*) sowie **(4)** unbewaffnete Partnerübungen gegen Stockangriffe (*Bō-Dori*) in Gruppe B.

**Teilnehmer** an unserem Lehrgang sollten zumindest die ersten drei Heian-*Gata* kennen (Gruppe A) oder bereits an mindestens zwei unserer Lehrgänge teilgenommen haben (Gruppe B). Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

**Samstagabend** ist ein gemeinsamer Pizzeriabesuch geplant. Eine vorherige Anmeldung dafür ist erforderlich.

#### AUSRICHTER:

1. Nieskyer Karateverein »Nippon Niesky« e. V.

#### ORT:

Sporthalle der Oberschule Niesky  
Pestalozzistraße 24  
02906 Niesky

#### AUSKUNFT & ANMELDUNG:

André Lachowski Tel.: 035827-70295  
Email: nippon-niesky@gmx.de

#### AUSRÜSTUNG:

jeder Teilnehmer benötigt einen 6 *Shaku* (≈ 1,82 m)  
langen, möglichst schweren *Bō*

#### TRAININGSZEITEN:

##### Samstag, 16.03.

9:00 – 10:30 Uhr (Gruppe A)  
10:30 – 12:00 Uhr (Gruppe B)  
14:00 – 16:00 Uhr

##### Sonntag, 17.03.

9:00 – 12:00 Uhr

**GEBÜHR:** 25,- €

#### HAFTUNG:

jeglicher Art wird ausgeschlossen

[www.nippon-niesky.de](http://www.nippon-niesky.de)