

DJB Kata online-Seminar



Veranstalter	Deutscher Judobund e.V. – Kata
Datum	Donnerstag, 09.09.2021
Zeit	19:30 Uhr – 21:30 Uhr (Einlass: ab 19:00 Uhr)
Thema	Kata lernen – Nage no kata I (Basics und Gruppen 1-3)
Referenten	Stefan Bernreuther, Jochen Müller, Wolfgang Dax-Romswinkel
Kosten	keine
Software	Zoom (Anmeldedaten werden am Mittwochabend per Mail verschickt)
Anmeldung	https://doo.net/veranstaltung/82451/buchung



Programm In der Seminarreihe "**Kata lernen**" möchten wir die im letzten Jahr erfolgreich gestarteten Input-Veranstaltungen zu den Kodokan-Kata fortführen. Aufgrund Eurer Rückmeldungen haben wir die Nage no kata auf zwei online-Seminare aufgesplittet.

In **Nage no kata I (Basics und Gruppen 1-3)** möchten wir Euch die Basics sowie die Gruppen der Te-, Koshi- und Ashi-waza näherbringen.

Unter fachkundiger Anleitung der DJB Kata-Kommission und erfahrener Athleten werden wir eine kurze theoretische Einführung in die Nage no kata geben. Anschließend gehen wir anhand von ausgewählten Videobeispielen auf jede einzelne Technik detailliert ein, arbeiten die Knackpunkte der Technik heraus und bieten Euch die Gelegenheit zum Austausch mit uns. Im Fokus steht das Verdeutlichen der Funktionalität der jeweiligen Technik - der Interaktion von Tori und Uke, von Angriff und Verteidigung - und nicht die Kopie einer äußeren Form.