



TECHNISCHE KOMMISSION REGION 2
MITGLIED DER SWISS KARATE FEDERATION (SKF)

Jahresprogramm 2024 SKU Region 2

Lehrgang 1: 04.05.24

Zeit / Workshops	A	B	C	D
0900 - 1000	gemeinsames Training (Spielformen Kumite)			
Titel Workshop	Prüfungsprogr. Dan	Prüfungsprogr. Kyu	Kata/Kihon	Kumite
1 1000 - 1100 *	- Kihon/Kumite	- Kihon	- Jion/BassaiDai/Uns	- Kihon-/Ippon-Kumi
2 1100 - 1200	- Kihon	- Kata/Kumite	- 1./2.Dan-Serien	- Jyu-Ippon-Kumite
1200 - 1215	Überreichen der Diplome			

* Es besteht die Möglichkeit, nach einer Stunde zwischen zwei Workshops zu wechseln.

Lehrgang 2: 02.11.24

Zeit / Workshops	A	B	C	D
0900 - 1000	gemeinsames Training (PLATTFORM; Karate Defense)			
Titel Workshop	Prüfungsprogr. Dan	Prüfungsprogr. Kyu	Bunkai/Kihon	PLATTFORM
1 1000 - 1100 *	- Kata	- Kihon	- Niju Shi Ho/Jitte	- Karate Defense
2 1100 - 1200	- Kihon	- Kata	- 3./4.Dan-Serien	- Karate Defense
1200 - 1215	Überreichen der Diplome			

* Es besteht die Möglichkeit, nach einer Stunde zwischen zwei Workshops zu wechseln.

Prüfungen

Prüfungen finden in verschiedenen Gruppen und zu verschiedenen Zeiten statt:

Zeit / Prüfungen	Halle 1	Halle 2
1300 - 1500	Kyu-Grade	1. Dan-Grade
1600 - 1800	2. - 5. Dan-Grade	Reserve (z.B. 40+/Kyu/Dan)

Ausblick 2025

- Lehrgang 1: 03.05.2025
- Lehrgang 2: 08.11.2025