

# DJB Kata online-Seminar



<b>Veranstalter</b>	Deutscher Judobund e.V. – Kata
<b>Datum</b>	<b>Donnerstag, 29.07.2021</b>
<b>Zeit</b>	19:30 Uhr – 21:00 Uhr (Einlass: ab 19:00 Uhr)
<b>Thema</b>	<b>Kata lernen – Katame no kata II (Basics und Gruppen 2 u. 3)</b>
<b>Referenten</b>	Sebastian Frey, Stefan Bernreuther, Wolfgang Dax-Romswinkel
<b>Kosten</b>	<b>keine</b>
<b>Software</b>	<b>Zoom</b> (Link und Anmeldedaten werden am Mittwochabend vor dem Seminar per Mail verschickt)
<b>Anmeldung</b>	<a href="https://doo.net/veranstaltung/75066/buchung">https://doo.net/veranstaltung/75066/buchung</a>

**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 Katame no kata auf zwei online-Seminare aufgesplittet. Die Lehrreihe wird zudem nach den Sommerferien wiederholt.

In **Katame no kata II (Basics und Gruppen 2 u. 3)** möchten wir Euch die Basics sowie die Gruppen der Würge- und Hebeltechniken sowie deren Befreiungen näherbringen.

Unter fachkundiger Anleitung der DJB Kata-Kommission werden wir eine kurze theoretische Einführung in die Katame 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.