



JAPAN KARATE SHOTO FEDERATION
SWITZERLAND

KARATE BERN
JKS JAPAN KARATE SHOTO FEDERATION



**Lehrgang mit
Daisuke Watanabe Sensei, 5. Dan
Samstag, 6. und Sonntag, 7. April 2024
Kenseikan Karate-Do Thun**

Samstag, 16 bis 18 Uhr, ab 5. Kyu: Wettkampf-Kumite

**Sonntag, 9.30 bis 11.30 Uhr, ab 7. Kyu: Kihon,
Hand- und Fusstechniken**

Sonntag, 13 bis 15 Uhr, ab 7. Kyu: Kumite-Grundlagen

