



D.A.N. in Bayern e.V. und der TSV Steppach e.V. laden ein



Dan-Seminar & Dan-Vorbereitung

mit

Sensei Claus-Jürgen Kocka (4. Dan)

im DAN-Dojo des TSV Steppach e.V.
Ulmer Straße 86, 86356 Neusäß-Steppach

Samstag, 24. November 2018

- | | | |
|----------------------|--|-----------------|
| 13:00 – 17:00 | Dan-Seminar – nur für Schwarzgurte
Bitte Bokken, Jo und Tanto mitbringen | 22,- € (11,- €) |
| 17:15 – 18:30 | DAN Bavaria-Schwarzgurt-Treffen (Details kommen separat) | |

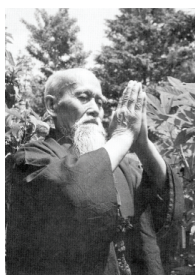
Sonntag, 25. November 2018

- | | | |
|----------------------|---|-----------------|
| 10:00 – 14:00 | Dan-Vorbereitung ab 2. Kyu incl. Pausen
Anschließend Feedback zum Assessment für Braungurte
Bitte Tanto mitbringen | 22,- € (11,- €) |
|----------------------|---|-----------------|

Hinweise Die Preise in Klammern gelten für **ALLE** Mitglieder von D.A.N. in Bayern e.V.
Die Kursgebühr ist vor Ort in bar zu bezahlen. (Bitte passend mitbringen.)

Anmeldungen bitte bis spätestens **23. November 2018** online auf
www.dan-bayern.de unter dem Menüpunkt „**Kurse & Lehrgänge**“

Fragen bitte an **steppach@dan-in-bayern.de** (Organisatorisches) oder
sensei.kocka@dan-in-bayern.de (Inhaltliches)



Das Training mit O Sensei

Ich werde of gefragt, wie das Training in jenen Tagen mit O Sensei war. Es war wunderbar. Wir trainierten in schnellem Tempo und es war ziemlich fordernd, viel mehr als heute. Die Stimmung beim Üben war unglaublich intensiv. O Sensei war so ernsthaft und aufrichtig mit jeder Person, das die Schüler genauso ernsthaft und aufrichtig wurden. Es war daher egal, welche Technik wir übten, da war immer diese Intensität – ein vollständiges Engagement mit ganzem Herzen.

Nachdem O Sensei eine Technik gezeigt hatte, beobachtete er unser Training. Aber es war mehr als nur beobachten. Das Gefühl, das O Sensei vermittelte, war, „Übt mit Eurem ganzen Herzen was ich Euch gerade gezeigt habe. Gebt Euer Ganzes!“