



# Bundesoffenes Kata-Seminar 23. und 24. September 2023



## Inhalte:

Sonnabend, 23. September 2023:

1. **Nage no kata** (Jochen Müller)
2. **Ju no kata** (Sebastian Frey)
3. **Itsutsu no kata** (Sönke Schillig) → Ende bereits 13:00 Uhr
4. **Seiryoku zen'yō kokumin taiiku** (Jenny Frey)
  - **Tandoku renshū** (Einzelübungen)
  - Sotai renshū (Partnerübungen) → **Kime shiki** (Formen der Entscheidung)

Sonntag, 24. September 2023:

1. **Katame no kata** (Sebastian Frey)
2. **Kime no kata** (Jochen Müller)
3. **Seiryoku zen'yō kokumin taiiku** (Jenny Frey)
  - **Tandoku renshū** (Einzelübungen) → Wiederholung vom Vortag!
  - Sotai renshū (Partnerübungen) → **Ju shiki** (Formen des Nachgebens)

## Referenten:

**Jenny Frey (5. Dan)**, Taiso-Beauftragte des DJB, Kata-Weltmeisterin 2018 und Deutsche Kata-Meisterin 2022 mit der Kodokan goshin jutsu, mehrfache Int. Deutsche Kata-Meisterin und mehrfache Deutsche Kata-Meisterin mit der Katame no kata

**Sebastian Frey (5. Dan)**, DJB-Kata-Referent, IJF-Kata-Wertungsrichter, Vize-Weltmeister 2012, Europameister 2012 und 2011 sowie mehrfacher Deutscher Kata-Meister mit der Katame no kata

**Jochen Müller (4. Dan)**, Mitglied der DJB-Kata-Kommission, Coach der Kata-Nationalmannschaft, Deutscher Kata-Meister 2018 und 2019, Int. Deutsche Kata-Meister 2017

**Sönke Schillig (6. Dan)**, Kata-Beauftragter des Hamburger Judo-Verbandes, Int. Deutscher Kata-Meister 2014 mit der Kodokan goshin jutsu, mehrfacher Deutscher Kata-Meister sowie EM-Dritter mit der Kime no kata

## Ausrichter:

Hamburger Judo-Verband e.V. (Veranstalter und Ausrichter)

## Ort:

LLZ Landes-Leistungszentrum, Eulenkamp 75, 22049 Hamburg

## Zeitplan:

Samstag 9:00 – 16:00 Uhr (Anreise unbedingt bis 8:45 Uhr)  
Anschließend Besuch beim Bundesliga-Heimkampf HJT - SUA Witten  
(Ab 17 Uhr) möglich – Eintritt nicht im Preis enthalten!  
Sonntag 9:30 – 15:30 Uhr (Anreise unbedingt bis 9:15 Uhr)

## Meldung:

**per Mail bis 15.09.2023** möglichst paarweise unter Angabe von: Name, Vorname, Telefon, Graduierung, Verein und gewünschte Kata

an Sönke Schillig E-Mail: [soenke.schillig@hamburg-judo.de](mailto:soenke.schillig@hamburg-judo.de)

## Kosten:

**Teilnahme am Samstag:** 28,- € Ausnahme: **Itsutsu no kata:** 20 €  
**Sonntag:** 25,- €

### Beide Tage:

**Samstag (nicht Itsutsu no kata) + Sonntag:** 50,-€

**Itsutsu no kata (Samstag) + Sonntag:** 45,-€

Die Teilnahmegebühr muss bis Meldeschluss überwiesen werden.

Hamburger Judo Verband, IBAN: DE67 2005 0550 1213 1231 18,

HASPDEHHXXX, Verwendungszweck: Kata Seminar

**Nachweis: beim Lehrgang per Überweisungsbeleg notwendig**

## Hinweise:

Mit der Meldung zu diesen Veranstaltungen erklären sich die Teilnehmer mit der elektronischen Speicherung ihrer lehrgangsrelevanten Daten und deren Veröffentlichung in Aushängen, im Internet und in sonstigen Publikationen des DJB sowie dessen Untergliederungen einverstanden. Gleiches gilt für Bilddokumentation. Im Falle des Einspruchs ist zu Beginn des Lehrganges unbedingt die Lehrgangsleitung zu informieren.

Im neuen Landes-Leistungszentrum (LLZ) existiert keine Bewirtung, daher bitte Selbstverpflegung.

Dieser Lehrgang wird in Hamburg mit 15 UE anerkannt als Fortbildung für Trainer-C bzw. ÜL-F und als Qualifizierungsmaßnahme für Dan-Anwärter über 30 Jahre ohne Turnier-/Meisterschaftsteilnahme.

### Bundes-Kata-Wertungsrichter:

Die aktive Teilnahme an dem Lehrgangsthema **Nage no kata, Katame no kata, Ju no kata und Kime no kata** wird für Bundes-Kata-Wertungsrichter als „praktische“ Fortbildungsmaßnahme von der DJB-Kata-Kommission anerkannt.