

Marcus Gutzmer 7. DAN

Samstag, 03. Mai 2025

KIHON /BUNKAI Lehrgang



Karateverein Samurai e.V.

Ort: 76744 Wörth, Hermann; Quackstraße 1 (Rheinhalle)



Zeiten	Gruppe	Hallenteil	Training
09:30 bis 10:30	Kinder / Anfänger		KIHON
10:45 bis 12:00	Fortgeschrittene		Thema Bunkai
12:00 bis 13:00	Pause	Pause	Pause
13:00 bis 14.00	Kinder /Anfänger		KATA (Heian 1-4)
14:15 bis 15:30	Fortgeschrittene		Bunkai verschied. Formen (Shotokan / Shitoryu)

Programmänderungen sind kurzfristig möglich

Ab ca. 16:00 Uhr besteht die Möglichkeit zur Prüfung bis zum 1. Kyu (SOK / Shotokan / Shito Ryu).

Anmeldung Prüfung: Vorstand@karate-maximiliansau.de

Ausrichter: Karateverein Samurai e.V. Maximiliansau

Trainer: Marcus Gutzmer
7.Dan Diplomtrainer DOSB
Landestrainer Kata Rheinland-Pfalz
Prüfer A-Lizenz

Info Trainer: [Marcus Gutzmer \(gutzmasan.de\)](mailto:Marcus.Gutzmer@gutzmasan.de)
mgutzmer@web.de

Lehrgangsgebühren: Kinder bis 14 Lebensjahr 20€
Jugendliche und Erwachsene 25€.

Anmeldung zur Prüfung:
Vorstand@karate-maximiliansau.de

Google-Maps Standort



Mit Teilnahme wird Einverständnis zur Bildveröffentlichung erklärt.
Der Veranstalter lehnt grundsätzlich jegliche Haftung für Sach- / Personenschäden ab.

Schwerpunkt des Lehrgangs

Worauf muss der Prüfling aus Prüfersicht beim Bunkai achten?

Was sind die Prüfungskriterien des Prüfers?

Wie kann ich selbst für meine Prüfung ein Bunkai Programm entwickeln?.

- **Bunkai** 分解, „Analyse“, „Zerlegung“) Soll dem **Karateka** ein besseres Verständnis der **Kata** nahezubringen. Bunkai wird in der praktischen Anwendung als „Oyo“ bezeichnet.
- **Bunkai** besteht aus anwendungsbezogenen Einzel-Techniken, Kombinationen und Sequenzen aus einer Kata, die mit dem Partner durchdacht und ausgeführt werden.
- Die Kampftechniken, die in der Kata aneinander gereiht in stilisierter Form geübt werden, werden im Bunkai analysiert und geübt.
- Man unterscheidet dabei zwischen *Omote* und *Okuden*:
- **Omote** bezeichnet die äußere, offensichtliche Anwendung einer Kata.. Dies ist die erste Stufe des Verständnisses einer Kata.
- **Okuden** bezeichnet das innere, verborgene Potential einer Kata. Dieses Verständnis-Stadium ist komplexer und schwieriger zu verstehen.
- **Bunkai** führt zum Verständnis einer Kata hinsichtlich der Bewegungen, Atmung, Konzentration, Geistesgegenwärtigkeit und Timing
- Während die reine Form (Kata) nicht geändert werden darf, kann die Anwendung je nach Auslegung variieren, da sich eine Grundbewegung oft in mehrere Anwendungsmöglichkeiten interpretieren lässt.