

Beim Jahresauftakt des DJKB Stützpunkt Nord/Ost am 22.1.22 in Braunschweig, waren wir mit einer kleinen Delegation aus unserem Dojo vertreten. Uns erwartete ein sehr forderndes Training unter Stützpunktleiter Tobias Prüfert.

In insgesamt über 3 Stunden Training standen sowohl die Beinarbeit, in Verbindung mit der korrekten Koordination der Hüfte und des

eigenen Körperschwerpunktes im Fokus, als auch das richtige Verständnis der Kata in der Ausführung.

Das Training hat allen beteiligten sehr viel Spaß gemacht und wir freuen uns auf das nächste Stützpunkttraining am 26.02.22 bei uns in Fallersleben.

85 Karateka aus 11 Dojos trainierten gemeinsam







