

Karate-Dojo Fritzlar e.V.

KORYU UCHINADI SELBSTVERTEIDIGUNG MIT OLAF KREY KYOSHI, 7. DAN

13./14. Juni 2026 | Fritzlar



25
Jahre
KARATE
IN FRITZLAR



karate-fritzlar.de



[Karate-Dojo Fritzlar](#)



[karatedojofritzlar](#)



KORYU UCHINADI SEMINAR MIT OLAF KREY KYOSHI, 7. DAN

Ort:

Gymnastikhalle der Berufsschule
Schladenweg 41, 34560 Fritzlar

Termin: 13./14.06.2026

Samstag 10–17 Uhr (inkl. Pausen)
Sonntag 10–16 (inkl. Pausen)

Trainingsinhalt:

Im Koryu Uchinadi steht generell die Funktionalität von Techniken auf dem Hintergrund ihrer Anwendbarkeit in Selbstverteidigungssituationen im Vordergrund. Hierbei interessieren uns die Prinzipien nach denen Bewegungen funktionieren. Dieser Lehrgang hat nicht nur deshalb einen Selbstverteidigungsschwerpunkt. Es geht darum, welche Formen von Angriffen üblicherweise öfter vorkommen und wie mit ihnen jeweils umgegangen werden kann. Wie kann ich Angriffe annehmen oder annehmen und kontern. Das Ganze auch in ungewohnten Lagen, z.B. Mit dem Rücken zur Wand oder am Boden. Zusammengefasst wird das Ganze dann als Drill, damit man sich mehr davon merken kann: der **Quadrant-Drill**. Warum er so heißt, klärt sich im Seminar recht schnell. Basis: Habitual acts of violence, die von Patrick McCarthy zusammengestellten und so benannten üblichen Handlungen körperlicher Gewalt.

Daneben besteht bei Bedarf die Möglichkeit, einige schon erlernte Koryu Uchinadi Solo- und Partnerübungen zu wiederholen und auch korrigieren zu lassen.

Essen:

Wie immer wird es etwas zu Essen in den Pausen geben.

Seminargebühr:

1 Tag: 25€, 2 Tage: 40€
Bei Anmeldung und Vorabüberweisung bis zum 03.06.2026: 20€/35€

Bankverbindung:

Karate-Dojo Fritzlar
IBAN: DE24 5205 2154 0110 0089 76
BIC: HELADEF1MEG

Info und Anmeldung:

Achim Engewald
Tel.: 05622-930296
E-Mail: vorstand@karate-fritzlar.de

Haftung: Ausrichter und Seminarleiter übernehmen keinerlei Haftung.

Für Neugierige:



karate-fritzlar.de



[Karate-Dojo Fritzlar](https://www.facebook.com/Karate-Dojo-Fritzlar)



[karatedojofritzlar](https://www.instagram.com/karatedojofritzlar)

