



**BUDO-CLUB
KARLSRUHE e.V.**

KARATE LEHRGANG

mit **Christopher Mack** (4.DAN)

18. Juli 2026

Budo-Club Karlsruhe

Alte Reithalle Blücherstraße 15, 76185 Karlsruhe



10:00 – 11:00 ab 9. Kyu-5. Kyu:
Grundlagen: Körperschwerpunkt

11:00 – 12:00 ab 4. Kyu-DAN:
offene Handtechniken

Mittagspause -
für das leibliche Wohl wird gesorgt!

13:00 – 14:00 ab 9. Kyu-5. Kyu:
Prinzip der Gegenkraft

14:00 – 15:00 ab 4. Kyu-DAN:
Kata & Bunkai (Sequenzen)



Christopher Mack

A-Trainer im DKV

Dt. Meister MK 2017 + 2023

Studium der Sportwissenschaft

Anmeldung: Karate.mack@gmx.net

Gebühren: 25€ Erwachsene, Familienrabatt möglich
15€ Kinder



www.budoclubkarlsruhe.de



www.facebook.de/karate.mack

Der Ausrichter lehnt jede Haftung ab. Mit der Teilnahme wird das Einverständnis zur Bildveröffentlichung erklärt!



**BUDO-CLUB
KARLSRUHE e.V.**

KARATE LEHRGANG

mit **Christopher Mack** (4.DAN)

19. September 2026

Budo-Club Karlsruhe

Alte Reithalle Blücherstraße 15, 76185 Karlsruhe

10:00 – 11:00 ab 9. Kyu-5. Kyu:

Grundlagen: Hüfte

11:00 – 12:00 ab 4. Kyu-DAN:

Doppeltechniken

Mittagspause -

für das leibliche Wohl wird gesorgt!

13:00 – 14:00 ab 9. Kyu-5. Kyu:

Prinzip der Verkettung

14:00 – 15:00 ab 4. Kyu-DAN:

Kata & Bunkai (Sequenzen)



Christopher Mack

A-Trainer im DKV

Dt. Meister MK 2017 + 2023

Studium der Sportwissenschaft

Anmeldung: Karate.mack@gmx.net

Gebühren: 25€ Erwachsene, Familienrabatt möglich
15€ Kinder



www.budoclubkartsruhe.de



www.instagram.com/katapassion

Der Ausrichter lehnt jede Haftung ab. Mit der Teilnahme wird das Einverständnis zur Bildveröffentlichung erklärt!