

# Iain Abernethy

7. Dan Karate, Chief Instructor World Combat Association



# Tekki Sandan



Bunkai der Tekki Sandan  
mit Bezug zur Tekki Shodan und Nidan

**Samstag**  
**18.1.2025**

11.00 –  
13.00 Uhr

## Bunkai der Tekki Sandan mit Bezug zur Tekki Shodan und Tekki Nidan

In diesem Seminar wird sich Iain hauptsächlich auf die Methoden der Tekki Sandan konzentrieren. Dabei bezieht er sich auch auf die Tekki Shodan und Nidan, auf denen Tekki Sandan aufbaut. Es sind keine Vorkenntnisse der Katas erforderlich.

14.00 –  
15.45 Uhr

Die Tekki-/Naihanchi-Serien integrieren sich zu einem effektiven und ganzheitlichen Nahkampfssystem. Schritt für Schritt wird uns Iain demonstrieren, wie die Katas die Kontrolle des Gegners durch eine Vielzahl von Techniken anbietet.

16.15 –  
18:00 Uhr

**Sonntag**  
**19.1.2025**

09.00 –  
10.30 Uhr

## Training mit Pratzen

Am Sonntag wird Iain mit verschiedenen Pratzenübungen die Tekki-/Naihanchi-Serien durchgehen.

11.00 –  
12.30 Uhr

Das Bunkai der Naihanchi Katas ist nun das Reservoir für unsere Drills mit Pratzen. Wir kombinieren Techniken aus dem Bunkai, indem wir auf die Pratzen (*Hand-Makiwaras*) schlagen. Wir trainieren Treffsicherheit und Kime. Die Drills werden so zum Teil einer realistischen Selbstverteidigung.

**18. & 19. Januar 2025**

### Austragungsort:

Helmi-Mühlbauer-Halle  
Dr.-Max-Str. 20  
**82031 Grünwald**

### Lehrgangsgebühr:

**50 EUR**  
**für beide Tage.**  
Nur Sam.: 40 EUR  
Nur Son.: 20 EUR

Iain ist eine gute Lernatmosphäre für alle Teilnehmer wichtig. Daher ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Um sich einen Platz zu sichern, ist eine Anmeldung verpflichtend. Alle Infos und Details zum Lehrgangsbeitrag über:

[www.karate-gruenwald.de/lehrgangsanmeldung/](http://www.karate-gruenwald.de/lehrgangsanmeldung/)



**Bitte eigene Pratzen mitbringen!**  
**Teilnahme ab 16 Jahren**

Mit der Teilnahme erklären sich die Teilnehmer damit einverstanden, dass Bilder und Videos von ihnen veröffentlicht werden dürfen.



**Essen & Trinken:** Vor Ort vorhanden

**Übernachtung:** Ist in der Halle möglich

**Lehrgangssprache:** Englisch

**Sonstiges:** Für Übungsleiter im BKB sind 5 UE als Weiterbildung beantragt. Genehmigungsbescheid steht noch aus.