

## KVSA-Tag

„Für Janet und mich begann das Karate-Jahr 2018 mit einem intensiven Januar-Wochenende. Bei Nebel und Temperaturen um den Gefrierpunkt ging es Samstag früh nach Hettstedt. Der KVSA-Tag war wieder sehr gut besucht und mit interessanten Trainingseinheiten gefüllt. Wir freuten uns, dass mit Maik, Cathy, Thommes & Zara-Leigh, Lisa sowie Aileen & Tony auch weitere TKS-ler mit uns schwitzten! Bei

**Sebastian Edelmann** begann der Tag mit verschiedenen traditionellen Kumite-Formen, bevor mit **Nika Tsurtsomia** Wettkampf-Kumite-Techniken auf hohem Niveau geübt wurden. In seiner netten und mitreißenden Art begeisterte der erfolgreiche ehemalige DKV-Nationalkämpfer und signierte im Anschluß noch begeistert unser Fotoalbum vom Milleniums-Lehrgang und der WM 2014 in Bremen.

Im Anschluß ging es bei **Alexander Löwe** gewohnt strukturiert von Kihon-Techniken zur Verbesserung der Hüftarbeit zur Umsetzung in die Kata über. Während wir nun den Prüfer-Lehrgang besuchten hatten die anderen TKS-ler ihren Spaß beim Sound-Karate, bevor die letzte Einheit bei

Sebastian die Kata Heian Sandan in Bezug auf Kihon, Bunkai und SV beleuchtete. Es war

wieder ein sehr interessanter Verbandstag, bei dem auch vorhandene Freundschaften gepflegt werden konnten.

