



GOJUKAI KARATE-DO HOLLAND  
Stichting voor traditioneel Goju-Ryu Karate-do

## GKH lerarenstage & seniorstage - 30 maart 2025 -

Met enthousiasme kondigen we aan dat op **zondag 30 maart a.s.** twee evenementen organiseren: een technische lerarenstage, gevolgd door een seniorstage.

### Technische lerarenstage

Deze dag is bedoeld voor alle dojo-instructoren en assistent-lesgevers van 3<sup>e</sup> Dan en hoger. De lerarenstage staat in het teken van de vernieuwde Dan-exameneisen, met deze keer een specifieke focus op de kumitevormen met barai. We behandelen de volgende onderwerpen:

- Nanahon kumite barai
- Yonhon kumite barai
- Gohon kumite barai
- Roppon kumite barai

Voor een optimaal begrip van deze stof wordt verondersteld dat je de basis kumitevormen zonder barai voldoende beheerst. Tip: Raadpleeg het boekje "Goju-Ryu Karate: A Visual Guide to Kumite Techniques", waarin de verschillende basis kumitevormen zijn uitgewerkt.

**Tijd:** 10.00-13.00 uur (inloop vanaf 9.30 uur)

**Locatie:** Budo Hans Roos, Burgemeester Diepenhorstsingel 4, 3261 ED Oud-Beijerland

**Kosten:** Deelname is gratis voor alle deelnemers; GKH investeert in de professionele ontwikkeling van leraren en assistenten.

### Seniorstage

Ook de seniorstage richt zich op de kumitevormen met barai, waar alle GKH-leden van 16 jaar en ouder zich in kunnen verdiepen. Het gaat daarbij om:

- Nanahon kumite barai
- Yonhon kumite barai
- Gohon kumite barai
- Roppon kumite barai

**Tijd:** 14.00-16.00 uur (inloop vanaf 13.30 uur)

**Locatie:** Budo Hans Roos, Burgemeester Diepenhorstsingel 4, 3261 ED Oud-Beijerland

**Kosten:** €10,- per persoon

Let op: neem je deel aan beide activiteiten, neem dan zelf een lunch mee voor het tussenliggende uur. Boven de dojo is een ruimte waar je rustig even kunt zitten.

### Inschrijven

Inschrijven voor deze dag kan tot **uiterlijk 23 maart** door je aan te melden bij je dojo-instructor en ook voor die dag te betalen (als het om de seniorstage gaat).

GOJUKAI KARATE-DO HOLLAND  
Stichting voor traditioneel Goju-Ryu Karate-do

De dojo-instructor deelt de inschrijflijst voor zowel lerarenstage en seniorstage met de GKH via [info@gojukai.nl](mailto:info@gojukai.nl). Na afloop van de stage worden de gegevens weer verwijderd.

We kijken ernaar uit je te verwelkomen op deze inspirerende dag!

