

## Bericht über den 1. Landeslehrgang

### des Shotokan Karate Dojo

der Gesellschaft für Kriminologie, Polizei und Recht e.V. (SKD GKPR)

mit Georg Karras (7. Dan) in Brühl am 16. März 2024



von Dr. Stefan Süß (SKD GKPR e.V.)

**Nijushiho und Gankaku als Themen, Georg Karras (7. Dan) als Referent und der SKD GKPR e.V. als Veranstalter einschließlich Catering führten zu einer vollen Halle mit sympathischen, hochqualifizierten und motivierten Karatekas bereits beim 1. Landeslehrgang des SKD GKPR e.V. in Brühl am 16. März 2024.**

Nijushiho, die Kata der 24 Schritte, kann von Prüfungskandidaten ab dem 2. Dan der Kommission vorgeführt werden - zählt also zum Standardrepertoire bei der Weiterentwicklung der Fähigkeiten von Meistern.

Die Gankaku, übersetzt „Kranich auf dem Felsen“, findet sich im Prüfungsprogramm ab dem 4. Dan. Diesen Namen hat Funakoshi Gichin gewählt aufgrund des in dieser Kata viermal enthaltenen Tsuru ashi dachi,

einer Fußstellung, die einem Kranich ähnelt, der seine Flügel zur Verteidigung schlägt.



Vor diesem Hintergrund freuen sich Lehrgangsreferent Georg Karras und Dojoleiter Dr. Stefan Süß über die vielen positiven Rückkoppelungen, ziehen im Ergebnis eine Erfolgsbilanz und freuen sich auf ein baldiges Wiedersehen im Dojo SKD GKPR!

#### Training:

Referat 322 (Shotokan Karate Dojo) - Sachgebiet 322.2 Köln (Brühl)

#### **Trainingsort:**

LAFP der Polizei NRW, Bildungszentrum Brühl, Rheinstr. 200, 50321 Brühl

#### **Trainingszeit:**

**jeder Freitag, 19 Uhr 30 bis 21 Uhr  
Treffpunkt: Hauptwache, 19 Uhr 15**

Fotos: GKPR e.V. Referat 213 (Medien)