100 KATA FÖR WORLD KARATE DAY

TORSDAGEN DEN 22 OKTOBER KLOCKAN 18:00-19:30 I VÅR DOJO

(PÅ ORDINARIE KATA-PASSET)

NU ÄR DET 13:E ÅRET SOM DENNA DAG GENOMFÖRS, TA DEL AV UTMANINGEN!

VI UTFÖR FÖLJANDE KATOR

TAIKYOKU SONO ICHI, NI & SAN

- PINAN SONO ICHI - PINAN SONO NI - PINAN SONO SAN - PINAN SONO YON - PINAN SONO GO - GEKISAI DAI - YANTSU

AVSIKTEN ÄR INTE ATT LÄRA UT KATA, MAN HÄNGER MED SÅ GOTT MAN KAN!

Den världsomfattande kata-utmaningen: 100 kata för World Karate Day

Varje år samlas tusentals karateutövare från hela världen i en unik hyllning till kampsportens rötter – den årliga **World Wide Kata Challenge**, även känd som **100 Kata för Karate Day**. Detta evenemang är en global manifestation av passion, disciplin och gemenskap, där deltagare utmanar sig själva att utföra hela 100 kata under en enda dag. Det är inte bara en fysisk prövning, utan också en spirituell koppling till Okinawas arv, där karate föddes för nästan ett sekel sedan. Utmaningen äger rum den 25 oktober, som officiellt firas som **World Karate Day**, och lockar dojoer och individer från över 25 länder.

Historien bakom utmaningen

Konceptet med 100 Kata Challenge startades 2014 av James Pankiewicz, ägare till Asato Dojo i Okinawa, Japan. Det inspirerades av den klassiska japanska frasen "Hyaku-ren jit-te migi" – "100 repetitioner för att bemästra en teknik" – och syftar till att fira karate som en levande tradition. År 2023 markerade evenemanget sitt 10-årsjubileum med rekordmånga deltagare: 275 registrerade dojoer och enskilda karateka globalt. Idag är det en etablerad tradition som spridit sig som en löpeld genom kampsportsvärlden, från små lokala dojoer i Europa och Amerika till stora evenemang i Okinawa.

Evenemanget knyter an till en historisk händelse från 1936, då en grupp framstående okinawanska lärare enades om namnet "karate" för sin konst. Den 25 oktober firas därför som en dag för reflektion och firande av hur karate har förändrat miljoner liv världen över, från självförsvar till personlig utveckling.

Med dagens datum den 2 oktober 2026 närmar sig evenemanget snabbt – bara tre veckor bort!

Oavsett om du gör det solo i din trädgård eller här i vår dojo, kommer 100 kata för karate day att bli en dag du minns för evigt. Vad väntar du på? Ta steget, andas djupt och låt katan flöda – Okinawa kallar!

100 KATA FOR WORLD KARATE DAY

THURSDAY, OCTOBER 22ND AT 18:00-19:30 IN OUR DOJO

(DURING THE REGULAR KATA-PRACTICE)

THIS IS THE 13TH YEAR THAT THIS DAY IS HELD!

WE WILL PERFORM THE KATA´S

TAIKYOKU SONO ICHI, NI & SAN

- PINAN SONO ICHI - PINAN SONO NI - PINAN SONO SAN - PINAN SONO YON - PINAN SONO GO - GEKISAI DAI - YANTSU

THE INTENTION IS NOT TO TEACH KATA, JUST FOLLOW ALONG!

THE WORLDWIDE KATA CHALLENGE: 100 KATA FOR WORLD KARATE DAY

EVERY YEAR, THOUSANDS OF KARATE PRACTITIONERS FROM AROUND THE GLOBE COME TOGETHER IN A UNIQUE TRIBUTE TO THE ROOTS OF MARTIAL ARTS—THE **WORLD WIDE KATA CHALLENGE**, ALSO KNOWN AS THE **100 KATA FOR KARATE DAY**. THIS EVENT IS A GLOBAL CELEBRATION OF PASSION, DISCIPLINE, AND COMMUNITY, WHERE PARTICIPANTS CHALLENGE THEMSELVES TO PERFORM 100 KATA IN A SINGLE DAY. IT'S NOT JUST A PHYSICAL TEST BUT ALSO A SPIRITUAL CONNECTION TO THE HERITAGE OF OKINAWA, WHERE KARATE WAS BORN NEARLY A CENTURY AGO. HELD ON **OCTOBER 25**, OFFICIALLY RECOGNIZED AS **WORLD KARATE DAY**, THE CHALLENGE ATTRACTS DOJOS AND INDIVIDUALS FROM OVER 25 COUNTRIES.

THE HISTORY BEHIND THE CHALLENGE

THE 100 KATA CHALLENGE WAS LAUNCHED IN 2014 BY JAMES PANKIEWICZ, OWNER OF ASATO DOJO IN OKINAWA, JAPAN. IT WAS INSPIRED BY THE JAPANESE PHRASE *"HYAKU-REN JIT-TE MIGI"*—MEANING "100 REPETITIONS TO MASTER A TECHNIQUE"—AND AIMS TO CELEBRATE KARATE AS A LIVING TRADITION. IN 2023, THE EVENT MARKED ITS 10TH ANNIVERSARY WITH RECORD PARTICIPATION: 275 REGISTERED DOJOS AND INDIVIDUAL KARATEKA WORLDWIDE. TODAY, IT'S AN ESTABLISHED TRADITION THAT HAS SPREAD LIKE WILDFIRE THROUGH THE MARTIAL ARTS COMMUNITY, FROM SMALL LOCAL DOJOS IN EUROPE AND THE AMERICAS TO LARGE-SCALE EVENTS IN OKINAWA.

THE EVENT TIES BACK TO A HISTORIC MOMENT IN 1936, WHEN A GROUP OF PROMINENT OKINAWAN MASTERS AGREED ON THE NAME "KARATE" FOR THEIR ART. OCTOBER 25 IS THUS CELEBRATED AS A DAY TO REFLECT ON AND HONOR HOW KARATE HAS TRANSFORMED MILLIONS OF LIVES WORLDWIDE, FROM SELF-DEFENSE TO PERSONAL GROWTH.

JOIN THE 2026 CHALLENGE

WITH TODAY'S DATE BEING OCTOBER 2, 2026, THE EVENT IS JUST THREE WEEKS AWAY! WHETHER YOU DO IT SOLO IN YOUR BACKYARD OR WITH YOUR ENTIRE DOJO, THE 100 KATA FOR KARATE DAY WILL BE A DAY YOU'LL REMEMBER FOREVER. WHAT ARE YOU WAITING FOR? TAKE THE LEAP, BREATHE DEEPLY, AND LET THE KATA FLOW—OKINAWA IS CALLING!