

# Trainings im Dojo18

Montag	09.30 Uhr	Erwachsene Karate Anfänger
	17.00 Uhr	Little Kids Karate 5 bis 7 Jährige
	18.30 Uhr	Jugend / Erwachsene Karate Kumite
	20.15 Uhr	Krav Maga Fortgeschrittene
Dienstag	09.30 Uhr	Erwachsene Karate Mittelstufe
	17.00 Uhr	Kinder Karate Fördergruppe Gelb - Grün
	18.30 Uhr	Erwachsene Karate Fortgeschrittene Kihon
	20.15 Uhr	Krav Maga Anfänger (Einsteigerkurse)
Mittwoch	15.00 Uhr	Kinder Karate Mittelstufe Gelb - Grün
	16.30 Uhr	Kinder / Jugend Karate Fortgeschritten
	18.00 Uhr	Kinder Karate Anfänger 8 bis 13 Jährige
	19.30 Uhr	Erwachsene Karate Anfänger
Donnerstag	16.00 -16.45 Uhr	Schulsportkurs Karate
	17.00 Uhr	Kinder Karate Fördergruppe Mittel / Fortgeschritten
	18.00 Uhr	Tai Chi
	19.00 Uhr	Erwachsene Karate Fortgeschritten Kata
Freitag	09.30 Uhr	Erwachsene Karate Gemischt
	17.00 Uhr	Kinder Karate Kumite
	18.30 Uhr	Jugend / Erwachsene Karate Gemischt
	20.00 Uhr	Krav Maga Gemischt
Samstag	09.00 Uhr	Nachwuchs Kadertraining
	10.00 Uhr	Kader Training
	12.00 Uhr	Kinder Karate Zusatztraining (wenn keine andere Termine davorstehen)