

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 Mittelstufe
18.30 Uhr	Erwachsene Karate Fortgeschrittene Kihon
20.15 Uhr	Krav Maga Anfänger (Einsteigerkurse)

Mittwoch:

13.30 Uhr	Kinder Karate Mittelstufe Grün
15.00 Uhr	Kinder Karate Unterstufe Gelb - Orange
16.30 Uhr	Kinder / Jugend Karate Fortgeschrittene
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
18.15 Uhr	Tai Chi
19.30 Uhr	Erwachsene Karate Fortgeschrittene 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)