

Karate Trainingsplan 2017

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
1	06:00	Sondertraining	Sondertraining	Sondertraining	Sondertraining	Sondertraining			Leistungsgruppe Jan	
2	07:00	Sondertraining	Sondertraining	Sondertraining	Sondertraining	Sondertraining				Sondertraining: Arthur
3	08:00	Senioren								Fitness Jugend:Hannes
4	09:00		Geplantes Studententraining	Geplantes Studententraining	Geplantes Studententraining		Kendo		Kendo: Manni	
5	10:00						Kendo		Sen.: Ü-50 Reinhard/Burkhart/Marius	
6	11:00						Kendo	DAN Training		
7	12:00						Kendo	DAN Training	SV: Andre	
8	13:00							DAN Training		
9	14:00						Fitness Jugend	DAN Training	Kinder: Heinrich,Jan,Andrew,Lea	
10	15:00						Fitness Jugend			
						Kinder			Ü30 Hannes,Fitti,Eric,Thorsten	
11	16:00	Kinder				Kinder	Fitness Jugend			
12	17:00					Kinder	MasterTraining jeden letzten Samstag im Monat Neu		Master Training: Hannes	
	17:30									
13	18:00			Leistung	Kendo	Ü50			Geplantes Studententraining: Paul	
	18:15			Leistung	Kendo	Ü50				
	18:30	Leistung	Ü50	Leistung	Kendo	Ü50			Kata:Wolfgang // Kihon Unterstufe: Hannes	
14	19:00	Leistung	Ü50	Leistung	Kendo					
	19:30	Leistung	Ü50		Kendo	Kata allgemein/Kihon Anfänger Ü30			Achtung:Vorbehaltlich finden Samstags Kurse und Lehrgänge ganztägig nach Jahresplanung statt.	
	19:45	Leistung		Ober-/Unterstufe	Kendo					
15	20:00		Ü30		Kendo				Achtung : 2 mal jährlich finden Sonntags ab 11:00 Prüfungen statt.Geplant immer 2-Wochen vor den Sommer und Winterferien.	
16	21:00	SV	Ü30		SV Kurs 2 mal pro jahr					
17	22:00	SV							SV Kurs 2 mal pro Jahr.Wolfgang	

Verantwortlich: Johannes Bracke
*Änderungen vorbehalten