

# Trainingsplan

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Sonntag
	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1
6.00 Uhr									Kata Early Birds K.Schäfer		
7.00 Uhr					Training ab 9.Kyu G.Schreiber						
10.00 Uhr			Erwachsene ab 8.Kyu W.Hangarter				Erwachsene ab 8.Kyu W.Fellhauer				Kata Oberstufe U.Rupp
16.00 Uhr			Kinder gelb/orange M.Rues						16.30 Uhr Eltern- Kind B.Graf		
17.00 Uhr	Kind.Anf. 5+6J. E.Unterweger M-N.Schaal	Kinder Anf. ab 7J. M.Rues	Kinder ab grün M.Rues		Kinder gelb/orange M-N.Schaal	Kinder gelb/orange M.Rues	Kinder gelb P.Jäck orangeP.Giugno	Kinder ab grün M.Rues			
18.00 Uhr	Kinder gelb/orange E.Berardone	Kinder ab grün M.Rues	Trainer Training Sensei	Tai Chi Qi Gong K.Wienecke	Kinder ab grün D.Pfister	Kinder ab violett M.Rues	Kata Oberstufe U.Rupp	Jugend ab 5.Kyu M.Rues	Kumite ab 6.Kyu D.Pfister		
19.00 Uhr	Leistungs- gruppe M.Rues	Kata Oberstufe A.Aichem	Unterstufe & Senioren M.Rues	Jug.+Erw. ab 4.Kyu E.Berardone	Jug.+Erw. ab 3.Kyu U.Rupp	Leistungs- gruppe B.Hagelstange	Jug.+Erw. Oberstufe B.Gosslau	Erwachsene Mittelstufe P.Giugno	Kata- Bunkai N.Catone		
20.00 Uhr	Jug.+Erw. Oberstufe K.Schäfer	Jug.+Erw. Unterstufe E.Unterweger	Jug.+Erw. ab 4.Kyu J.Glaß	Kata Training Unterstufe H. Fette	Erwachsene ab 6. Kyu M.Hirzel	8.+7.Kyu I.Glaß ----- Anf. Erwachs B.Hagelstange					