

# Aktueller Trainingsplan

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Sonntag
	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1	Dojo2	Dojo1
6.00 Uhr									Kata Early Birds Klaus Schäfer		
7.00 Uhr											
10.00 Uhr			Erwachsene ab 8.Kyu Harald Fette				Erwachsene Ab 8.Kyu Walter Fellhauer				Kata Oberstufe Uwe Rupp
16.00 Uhr			Kinder gelb/orange 5-8 Jahre Markus .Rues						16.30 Uhr Eltern-Kind Christin Blessing		
17.00 Uhr	Kinder Anfänger 5+6Jahre Luisa Schlien Christin Blessing	Kinder Anfänger ab 7 Jahren Markus Rues Peter Jäck	Kinder Orange-bis braun ab 9 J. Markus Rues		Kinder gelb/orange Markus Rues		Kinder Gelb- und Orange Kaltrina Osmani Christin Blessing	Kinder ab grün Markus Rues			
18.00 Uhr	Kinder gelb/orange ab 8 Jahren Enzo .Berardone	Kinder ab grün Markus Rues	Trainer Training Markus Rues	Tai Chi Qi Gong Kerstin.Wienecke	Kinder ab Grüngurt Markus Rues Diana Pfister	Leistungsgruppe Kumite Bene Hagelstamge	Kata Oberstufe Uwe Rupp	Kinder ab Violett Markus Rues	Kumite ab 12 J. DianaPfister		
19.00 Uhr	Leistungs- gruppe Markus Rues	Kata Oberstufe Enzo Berardone	Senioren Markus Rues	Erwachsene ab 5.Kyu Enzo Berardone	Erwachsene ab 3.Kyu Uwe Rupp	Anfänger Erwachsene Bene Hagelstange	Oberstufe ab 5. Kyu Markus Rues	Senioren Pietro Giugno			
20.00 Uhr	Erwachsene ab. 5. Kyu Klaus Schäfer	Erwachsene 8.-6.Kyu Adrian.Seidel	Erwachsene ab 4.Kyu Jochen Glaß	Unterstufe Erwachsene 8.-6. Kyu Harald Fette	Erwachsene ab 5. Kyu Martin Hirzel	Erwachsene 8.-6. Kyu Markus Rues	Bunkai- Selbstverteidigung Turel Süt				