

Karate Schule Nippon Bremerhaven e.V.

SOMMERFERIEN-Trainingsplan gültig ab Mo., den 17. Juli 2017 bis einschließlich Fr. den 04. August 2017

Tag	Uhrzeit (Zeitraum)	DOJO I Kleiner Mattenraum	DOJO II Großer Mattenraum	DOJO III Holzboden
MONTAG	17:00 - 18:00h	BAMBINIS 3 - 5 Jahre	FERIENPASS 6 - 10 Jahre	
	18:00 - 19:00h	alle Gurte 11 - 14 Jahre	KUMITE (A-Team)*	FERIENPASS 11 - 16 Jahre
	19:00 - 20:00h		Weißgurte - DAN ab 14 Jahre	Hung-Gar/Kung-Fu ab 14 Jahre
DIENSTAG	17:00 - 18:00h		FERIENPASS SV	FERIENPASS Hung-Gar/Kung-Fu 17:30 - 18:30
	18:00 - 19:00h	SV (Selbstverteidigung)	alle Gurte 6 - 10 Jahre	Hung-Gar/Kung-Fu 18:30 - 19:30
	19:00 - 20:00h	Te-Bo/Gymnastik		
MITTWOCH	17:00 - 18:00h		FERIENPASS 6 - 10 Jahre	
	18:00 - 19:00h	FERIENPASS 11 - 16 Jahre	Weißgurte - DAN ab 14 Jahre	Hung-Gar/Kung-Fu
	19:00 - 20:00h	SVB, Selbstverteidigung für Menschen mit Handycap (bis 20:30h)		
DONNERSTAG	17:00 - 18:00h	BAMBINIS 3 - 5 Jahre	FERIENPASS SV	
	18:00 - 19:00h	alle Gurte 11 - 14 Jahre	KATA (A-Team)*	Te-Bo/Gymnastik
FREITAG	17:00 - 18:00h			
	18:00 - 19:00h	KATA (A-Team)*	alle Gurte 6- 10 Jahre	
	19:00 - 20:00h	Weißgurte - DAN ab 16 Jahre	KATA (A-Team)*	

* nur nach Absprache!