

KOSHINKAN



KOSHINKAN LEHRGANG

SAMSTAG, DEN 27.09.2025

mit den beiden Koshinkan - Instruktoeren:



Carsten Bresser
5. DAN, Bushido Völklingen



Dirk Walter
5. DAN, TV Holz



Trainingsort:

Glück-Auf-Halle

Glück-Auf-Weg, 66265 Heusweiler-Holz

11.00 - 11.15 Uhr

Gemeinsames Aufwärmen

11.15 - 12.30 Uhr

Training - Koshinkan Bewegungsformen

12.30 - 13.30 Uhr

Pause

13.30 - 14.45 Uhr

Training - Karate in der SV / Kata

