

# Trainingsplan Karate Bushido Völklingen

(gültig ab 24.04.2024)



fernöstliche Kampfkunst  
und Gesundheitslehre

	Montags	Dienstags	Mittwochs	Donnerstags	Freitags	Samstags	Sonntags	Kontakt
<b>Kinder</b> Anfänger	17:00 - 18:00 TVV Sporthalle							Nicole Krämer
<b>Kinder</b> Mittelstufe	17:00 - 18:30 TVV Sporthalle				17:30 - 19:00 TVV Sporthalle			Nicole Krämer / Carsten Bresser
<b>Erwachsene</b> Anfänger			17:30 - 19:00 TVV Sporthalle					Frank Simon
<b>Jukuren / Erwachsene / Kinder</b> Mittelstufe			17:30 - 19:00 TVV Sporthalle					Jürgen Wiltz
<b>Erwachsene</b> Mittelstufe/Oberstufe	19:00 - 20:30 TVV Sporthalle				19:00 - 20:30 TVV Sporthalle			Martin Bietzer / Carsten Bresser
<b>Erwachsene</b> Oberstufe			19:00 - 20:30 TVV Sporthalle					Volker Schwinn
<b>Kyu-/DAN-Vorbereitung</b> --> vgl. Zusatzaktivitäten							10:00 - 11:30 TVV Sporthalle (*)	unterschiedlich
<b>Karate Spezial (Kata, SV, etc.)</b> --> vgl. Zusatzaktivitäten							10:00 - 11:30 TVV Sporthalle (*)	unterschiedlich

(\*) Zusatzaktivitäten: i.d.R. 1x pro Monat