

## Trainingsplan Karate SG Coesfeld 06 e.V.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag (ungerade KW)	Sonntag
09:00 - 10:00						9. Kyu (Pia)	
10:00 - 11:00						8. - 6. Kyu (Pia)	
11:00 - 12:00						ab 5. Kyu (Pia)	
16:30 - 17:00			Anfänger Kinder ab 6 Jahren (Pia, Melina)				
17:00 - 17:30							
17:30 - 18:00			Weißgurte ab 6 Jahren (Pia, Melina)				
18:00 - 18:30	Hobby-Gruppe						
18:30 - 19:00			Farbgurte (ab 8. Kyu) 6 - 14 Jahre (Robin, Victoria)			Anfänger Jugendliche & Erwachsene ab 15 Jahren (Heide, Holger)	
19:00 - 19:30					Billerbeck (Ab 12 Jahren & 5. Kyu)		
19:30 - 20:00							
20:00 - 20:30				Oberstufe (ab 5. Kyu) ab 15 Jahren (Holger, Andrea)		Mittel- & Oberstufe ab 12 Jahren (Udo, Manuela)	
20:30 - 21:00			Unterstufe (9. bis 8. Kyu) ab 15 Jahren (Heide)				
21:00 - 21:30							

gültig ab August 2024