

Trainingsplan Karate SG Coesfeld 06 e.V.

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

ab Januar 2025