



Trainingsplan

- ab dem 15.06.2020

Montag

16:30 – 17:25
Kleine Drachen
(4 – 8 Jahre) **DOJO**

18:00-18:55
Große Drachen &
FC Hansa Rostock
DOJO

19:15 – 20:10
Jugendliche
Drachen
(12-16 Jahre) **DOJO**

20:30 – 21:30
Erwachsene **DOJO**
*gesundheitsorientiertes **Karate***

Dienstag

16:00 – 16:30
Zwerg Drachen
(2 – 4 Jahre) **DOJO**

16:45 – 17:40
Kleine Drachen
(4 – 8 Jahre) **DOJO**

18:00 – 18:55
Große Drachen
(8 - 12 Jahre) **DOJO**

Mittwoch

16:15 – 16:40
Zwerg Drachen
(2 – 4 Jahre) **DOJO**

17:00 – 17:55
Große Drachen
(8-12 Jahre) **WIESE**

18:10 – 19:10
Fortge. Drachen
DOJO

20:00 – 21:00
Erwachsene **DOJO**
*gesundheitsorientiertes **Karate***

Donnerstag

16:15 – 16:40
Zwerg Drachen
(2 – 4 Jahre) **DOJO**

17:00 – 17:55
Große Drachen
(8-12 Jahre) **ONLINE**

19:30 – 20:30
Erwachsene
Fitness und Selbstverteidigung
DOJO

Freitag



Trainingsplan

- ab dem 08.06.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

11:00 – 12:00
FAW

11:00 – 12:00
FAW

11:00 – 12:00
Erwachsene
*gesundheitsorientiertes **Karate***
für jedes Alter
DOJO

**KampfKUNSTzentrum
Buchin**
Arne Buchin
*Schulleitung, 3. Dan,
Shidojin*

Vizepräsident
Shito - ryu Shukokai Union
Deutschland e.V.

Tel.: **0172/ 31 78 454**

info@karate-buchin.de

www.karate-buchin.de