

<b>Trainingslager - Wagrain 2024</b>										
	<b>Zeit</b>	<b>Halle 1</b>			<b>Halle 2</b>			<b>Halle 3</b>		
<b>Freitag</b>	15.00 -16:00	<b>Eröffnung und Gemeinsames Aufwärmen - Kurti</b>								
Nachmittag	16.00 -17.00	bis blau	Kihon	<b>Christoph</b>	ab violett	Kihon 1. Kyu und 1.Dan	<b>Georg</b>	ab schwarz	Kihon 2.- 3. Dan	<b>Mike</b>
12-Juli	17.00 -18.00				Kumite Wettkämpfer oder ab violett	Jiyu Ippon Kumite	<b>Mike</b>			
<b>freie Abendgestaltung</b>										
<b>Samstag</b>	07.00 -07.45	<b>Morgensport - Mike</b>								
Vormittag	09.30 -10.45	bis blau	Heian Yondan	<b>Georg</b>	Prüflinge	Jion & Kanku Dai & Enpi	<b>Kurti</b>	ab violett	Kanku Sho 1. Teil	<b>Christoph</b>
13-Juli	10.45 -12.00	bis violett	Kumite Grundtechniken	<b>Mike</b>	<b>Campteilnehmer</b>	<b>Selbstverteidigung</b>	<b>Kurti</b>	Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	<b>Alisa</b>
<b>Mittagspause</b>										
<b>Samstag</b>	14.15 -15.30	bis violett	Kumite	<b>Mike</b>				Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	<b>Alisa</b>
Nachmittag	15.30 -16.45	bis grün	Heian Godan	<b>Kurti</b>	ab blau	Enpi 1. Teil	<b>Georg</b>	ab braun	Sochin 1. Teil	<b>Christoph</b>
	16:45 -18.00	bis blau	Kumite - für Anfänger	<b>Alisa</b>				Kumite Wettkämpfer oder ab violett	Kumite	<b>Mike</b>
	Ab 19.00	<b>Gürtelprüfung</b>								
<b>Sonntag</b>	07.00 -07.45	<b>Morgensport - Georg</b>								
Vormittag	09.30 -10.45	bis grün	Heian Sandan	<b>Kurti</b>	ab blau und Kata Wettkämpfer	Enpi 2. Teil	<b>Georg</b>	ab braun	Kanku Sho 2. Teil	<b>Christoph</b>
14-Juli	10.45 -12.00	bis violett	Kumite Beintechniken	<b>Emma</b>				Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	<b>Mike</b>
<b>Mittagspause</b>										
<b>Sonntag</b>	14.15 -15.30	bis grün	Heian Nidan	<b>Mike</b>	blau & violett	Bassai Dai	<b>Kurti</b>	ab braun	Sochin 2. Teil	<b>Christoph</b>
Nachmittag	15.30 -16.45	bis blau	Partnertraining	<b>Georg</b>				Kumite Wettkämpfer oder ab violett	Kumite	<b>Emma</b>
	16:45 -18.00	bis blau	Heian Kata	<b>Christoph</b>	<b>Campteilnehmer</b>	<b>Karate für Anfänger</b>	<b>Mike</b>	ab violett und Kata Wettkämpfer	GSS 1. Teil	<b>Kurti</b>
<b>freie Abendgestaltung</b>										
<b>Montag</b>	07.00 -07.45	<b>Morgensport - Kurti</b>								
Vormittag	09.30 -10.45	bis blau	Kumite - für Anfänger	<b>Emma</b>				Kumite Wettkämpfer oder ab violett	Kumite	<b>Mike</b>
15-Juli	10.45 -12.00	<b>Kinder - 12 Jahre</b>	<b>Selbstverteidigung</b>	<b>Georg</b>				ab violett und Kata Wettkämpfer	GSS 2. Teil	<b>Kurti</b>
<b>Mittagspause</b>										
<b>Montag</b>	13.30 - 16.00	<b>bei Schönwetter - Badenachmittag 12:45 Abmarsch - Baden 13:00 bis 16:00 Uhr</b>								
Nachmittag	Ca. ab 18.30	<b>Grillabend und Lagerfeuer</b>								
<b>Dienstag</b>	07.00 -07.45	<b>Kein Morgensport - 😊😊😊</b>								
Vormittag	10.00 -11.15	alle Sportler			Kata Wiederholungen			<b>Kurti</b>		
16-Juli	ca.12:00	<b>Mittagspause</b>								
	13:00	<b>Ende und aus..... bis 2025</b>								