

## Trainingszeiten Neu ab Oktober 2024

| Montag   | Dienstag   |  | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag  |  |
|--|--|--|---|--|--|--|
|  | 16:45 – 17:45<br>Karate Anfänger<br>(weiß und gelb)<br>Spiegelsaal |  | 16:30 – 18:00<br>Kumite Anfänger und<br>Fortgeschrittene<br>Spiegelsaal |  | 16:45 – 17:45<br>Karate Anfänger<br>(weiß und gelb)<br>Spiegelsaal |  |
|  | 17:45 – 19:00<br>Karate<br>(bis grün / blau)<br>Spiegelsaal        |  |   | 17:30 – 18:45<br>Kata Fortgesch.<br>(ab orange)<br>Spiegelsaal                       | 17:45 – 19:00<br>Karate<br>(bis grün / blau)<br>Spiegelsaal        |  |
| 19:00 – 20:30<br>Kata Fortgesch.<br>LLZ.<br>Lichti | 19:00 – 20:15<br>Kata Fortgesch.<br>(ab blau)<br>Spiegelsaal       | 19:00 – 20:15<br>Kumite<br>Fortgesch.<br>Spiegelsaal |   | 18:45 – 20:00<br>Kata Fortgesch.<br>(ab violett)<br>Karate Erwachsene<br>Spiegelsaal | 19:00 – 20:15<br>Kata<br>Fortgesch.<br>(ab blau)<br>Spiegelsaal    | 19:00 – 20:15<br>Kumite<br>Fortgesch.<br>Spiegelsaal |