

# Karate-Centrum Shotokan - Trainingsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>15:00-16:15 Uhr <b>Judo für Kinder und Jugendliche</b> Anfänger</p> <p>16:00-17:30 Uhr <b>Judo für Kinder und Jugendliche</b> Fortgeschrittene</p> <p>18:00-19:30 Uhr <b>Karate-Jugend</b></p> <p>19:30-21:00 Uhr <b>Karate</b> Kata-/Kumite-Spezial</p>	<p>17:00-18:00 Uhr <b>Karate-Tiger</b> Anfänger, Unterstufe</p> <p>18:00-19:00 Uhr <b>Karate-Tiger</b> Oberstufe</p>	<p>14:30-15:30 Uhr <b>Samurai-Kids</b></p> <p>16:00-17:00 Uhr <b>Karate-Schlümpfe</b> Anfänger</p> <p>17:00-18:00 Uhr <b>Karate-Schlümpfe</b> Fortgeschrittene</p> <p>19:00-20:30 Uhr <b>Karate Basistraining für Alle</b></p> <p>20:30-21:00 Uhr <b>freies Training</b></p>	<p>17:00-18:00 Uhr <b>Karate-Tiger</b> Anfänger, Unterstufe</p> <p>18:00-19:00 Uhr <b>Karate-Tiger</b> Oberstufe</p>	<p>17:00-18:30 Uhr <b>Karate-Jugend</b></p> <p>18:00-19:30 Uhr <b>Karate</b> Anfänger und Unterstufe <b><u>bis 6. Kyu</u></b></p> <p>19:00-20:30 Uhr <b>Karate</b> Oberstufe <b><u>ab 5. Kyu</u></b></p>

**Samstag: freies Training 10 bis 12 Uhr nach Ansage**