

TRAININGSPLAN KARATE

Stand: 01.02.2026 - Trainingsort: DOJO, Zur Offenen Tür 13

(sobald die TH Steinstrasse wieder durch uns nutzbar ist, findet das reguläre Freitagstraining dort wieder statt)



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Sonntag

19:00 – 20:30
Wettkampf-
training
ab 7. Kyu
Eugen,
Hendrik

18:30 – 20:00
Kata-Training
ab 7. Kyu
Eugen,
Hendrik

17:00 – 18:00
ab 8 Jahre
Anfänger
Hendrik, Michael

18:00 – 19:00
Fortgeschrittene ab
8. Kyu bis 6. Kyu
Hendrik

19:00 – 20:00
Fortgeschrittene ab
5. Kyu bis Dan
Sabatino

18:00 – 19:00
Anfänger bis
7. Kyu
Sabatino
Ort: DOJO

19:00 – 20:00
6. Kyu bis Dan
Sabatino
Ort: DOJO