

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 Anfänger bis 7. Kyu Sabatino Ort: DOJO	
		18:00 – 19:00 Fortgeschrittene ab 8. Kyu bis 6. Kyu Hendrik	19:00 – 20:00 Fortgeschrittene ab 5. Kyu bis Dan Sabatino	19:00 – 20:00 6. Kyu bis Dan Sabatino Ort: DOJO	