

Karate



Dojo Niedernhausen

Trainingsplan ab dem 29.01.2012

Montag	
18:00 – 19:00	Kinder und Jugendliche Erich
19:00 – 20:00	Erwachsene 9. – 7. Kyu Erich
20:00 – 21:00	Erwachsene ab 5. Kyu Erich
Donnerstag	
19:00 – 20:00	Erwachsene 9. – 7. Kyu Erich
20:00 – 21:00	Erwachsene: Kumite Erich
Freitag	
14:30 – 15:30	Bonsai, Kinder 4 – 6 Jahre Evi
15:30 – 16:30	Kinder 7 – 9 Jahre Evi
16:30 – 17:30	Kinder 8. – 7. Kyu Erich
17:30 – 18:30	Kinder ab 6. Kyu Erich
18:30 – 19:30	Erwachsene 6. – 4. Kyu Erich
19:30 – 20:30	Erwachsene ab 3. Kyu Erich
Sonntag	
10:15 – 11:30	Erwachsene ab 6. Kyu Erich
11:30 – 12:30	Erwachsene Anfängerkurs 2010 Erich

Information:

JKA-Karate-Dojo Niedernhausen e.V.

Tel.: 06127 – 2171

Email: info@jka-karate-dojoniedernhausen.de

Homepage: www.jka-karate-dojoniedernhausen.de