



Trainingsplan

des "Hatsun Jindo" Karate-Club Magdeburg-Barleben e.V.



Magdeburg | Dojo*

(Johannes-Göderitz-Str. 57, 39130 Magdeburg)

Tag	Zeit	Gruppe
Montag	16:00 - 17:00	Wichtel 3 - 4 Jahre
	16:00 - 17:00	Wichtel 5 - 6 Jahre
	17:00 - 18:00	Karate Kinder Weiß
	17:45 - 18:45	Gesundheitssport Ü60
	18:00 - 19:30	Karate Jugend/Erwachsene ab Blau
	19:00 - 20:30	Taiko Anfänger (Sülzborn 1, Magdeburg)
	19:30 - 21:00	Fit to Move (Kaaebo)
Dienstag	17:00 - 18:00	Karate Kinder ab Orange
	17:00 - 18:00	Karate Kinder Gelb
	18:00 - 19:30	Karate Jugend/Erwachsene bis Grün
	19:00 - 20:00	Taiko Auftrittgruppe (Sülzborn 1, Magdeburg)
	20:00 - 21:30	Taiko Anfänger & Fortg. (Sülzborn 1, Magdeburg)
Mittwoch	9:30 - 10:30	Senioren sport
	16:30 - 18:00	Karate Nachwuchskader
	18:00 - 19:30	Karate Kader
	19:00 - 20:00	Fit to Move (Bodyfitness)
Donnerstag	17:00 - 18:00	Karate Kinder ab Orange
	18:00 - 19:30	Karate Jugend Erwachsene ab Blau
	19:00 - 20:00	Taiko Auftrittgruppe (Sülzborn 1, Magdeburg)
	19:15 - 20:45	Karate Jugend/Erwachsene bis Grün
	20:00 - 21:30	Taiko Mix (Sülzborn 1, Magdeburg)
Freitag	9:30 - 10:30	Senioren sport
	15:00 - 16:00	AG GS Grenzweg (Grenzweg 31, Magdeburg)
	16:00 - 17:00	Wichtel 3 - 4 Jahre
	16:00 - 17:00	Wichtel 5 - 6 Jahre
	17:00 - 18:00	Karate Kinder Weiß
	17:00 - 18:00	Karate Kinder Gelb/Orange
	18:00 - 20:00	Tai Chi
Samstag	10:00 - 11:30	Karate Kader
	10:00 - 11:30	Karate Nachwuchskader

Magdeburg | Ottersleben*

(Grundschule "Ottersleben" Sporthalle = Richard-Dembny-Straße 41, 39116 Magdeburg | "Athletic Gym" = Königstraße 44, 39116 Magdeburg)

Tag	Zeit	Gruppe
Dienstag	17:30 - 19:00	Karate Kinder ab Weiß
Donnerstag	18:00 - 19:30	Karate Jugend/ Erwachsene ab Weiß
Freitag	15:00 - 16:00	Wichtel Einsteiger ("Athletic Gym")
	16:00 - 17:00	Wichtel Fortgeschrittene ("Athletic Gym")

Barleben | Mittellandhalle

(Dahlenwarsleber Str., 39179 Barleben | Kita "Gut Arnstedt" = Alte Kirchstraße 21, 39179 Barleben)

Tag	Zeit	Gruppe
Montag	15:30 - 17:00	Karate Kinder/Jugend ab Orange
	16:00 - 17:30	Wichtel 3 - 4 Jahre
	19:30 - 21:30	Karate Erwachsene ab Weiß
Dienstag	19:00 - 21:00	Tai Chi (Meitzendorf)
	19:00 - 21:00	Fit to Move (Kaaebo / Zumba®)
Mittwoch	16:30 - 18:00	Karate Kinder ab Orange
	16:30 - 18:00	Karate Kinder/Jugend Weiß/Gelb
	18:00 - 20:00	Karate Erwachsene ab Weiß
	18:00 - 20:00	Tai Chi Gruppe 1
	20:00 - 21:00	Tai Chi Gruppe 2
Donnerstag	15:00 - 16:15	Wichtel 3 - 6 Jahre (Kita "Gut Arnstedt")
	16:10 - 17:30	Wichtel 5 - 6 Jahre
	17:30 - 19:00	Karate Kinder/Jugend ab Weiß
Freitag	13:30 - 15:00	AG Barleben
	19:00 - 21:00	Fit to Move (Kaaebo / Zumba)

Gültig ab Januar 2019