

Trainingsplan "Hatsuun Jindo" Karate-Club



	Magdeburg				Barleben		Meitzendorf
	Olvenstedt	Kannenstieg	Ottersleben		Mittellandhalle	Kita "Gut Arnstedt"	Dorfgemeinschafts- haus
	Dojo <small>Johannes-Göderitz-Str. 57 39130 Magdeburg</small>	Taikostützpunkt <small>Sülzeborn 1 39124 Magdeburg</small>	Sporthalle GS "Richard Dembny" <small>Richard-Dembny-Str. 41 39116 Magdeburg</small>	Sportzentrum "Athletic Gym" <small>Königsr. 44 39116 Magdeburg</small>	<small>Breiter Weg 147 39179 Barleben</small>	<small>Alte Kirchstraße 21 39179 Barleben</small>	<small>Longe Str. 23 39179 Meitzendorf</small>
Montag	09:30 - 10:30 Uhr Senioren-sport						
	16:00 - 16:45 Uhr Wichtel 5 - 6 Jahre				15:30 - 17:00 Uhr Karate Kinder/Jug. ab Orange		
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Weiß				16:00 - 17:30 Uhr Wichtel 3 - 4 Jahre		
	17:45 - 18:45 Uhr Gesundheitssport Ü60						
	18:00 - 19:30 Uhr Karate Jug./Erw. ab Blau						
	19:00 - 20:30 Uhr Fit to Move (Kaebo)	19:00 - 20:30 Uhr Taiko Anfänger			19:30 - 21:30 Uhr Karate Erwachsene ab Weiß		
Dienstag	16:00 - 16:45 Uhr Wichtel 3 - 4 Jahre						
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder ab Orange						
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Gelb	19:00 - 20:00 Uhr Taiko Auftrittgruppe	17:30 - 19:00 Uhr Karate Kinder ab Weiß				
	18:00 - 19:30 Uhr Karate Jug./Erw. bis Grün	20:00 - 21:30 Uhr Taiko Anfänger & Fortgeschrittene			19:00 - 21:00 Uhr Fit to Move (Kaebo/Zumba)		19:00 - 21:00 Uhr Tai Chi
Mittwoch					16:30 - 18:00 Uhr Karate Kinder/Jug. Weiß		
	16:30 - 18:00 Uhr Karate Nachwuchskader				16:30 - 18:00 Uhr Karate Kinder/Jug. Gelb		
	18:00 - 19:30 Uhr Karate Kader				16:30 - 18:00 Uhr Karate Kinder/Jug. ab Orange		
	19:00 - 20:00 Uhr Fit to Move (BodyFitness)				18:00 - 20:00 Uhr Karate Erwachsene ab Weiß		
					18:00 - 20:00 Uhr Tai Chi		
Donnerstag	9:30 - 10:30 Uhr Senioren-sport						
	12:00 - 13:00 Uhr Rollstuhl-Karate					15:00 - 16:15 Uhr Wichtel 3 - 6 Jahre	
	16:15 - 17:00 Uhr Wichtel 5 - 6 Jahre				16:10 - 17:30 Uhr Wichtel 5 - 6 Jahre		
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Gelb				17:30 - 19:00 Uhr Karate Kinder/Jug. ab Weiß		
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder ab Orange				17:30 - 19:00 Uhr Karate Kinder/Jug. ab Weiß		
	18:00 - 19:30 Uhr Karate Jug./Erw. ab Blau	19:00 - 20:00 Uhr Taiko Auftrittgruppe	18:00 - 19:30 Uhr Karate Jug./Erw. ab Weiß				
	19:30 - 21:00 Uhr Karate Jug./Erw. bis Grün	20:00 - 21:30 Uhr Taiko Mix					
Freitag	10:00 - 10:45 Uhr Wichtel 3 - 6 Jahre						
	16:00 - 16:45 Uhr Wichtel 3 - 4 Jahre			15:00 - 16:00 Uhr Wichtel Einsteiger			
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Weiß			16:00 - 17:00 Uhr Wichtel Fortgeschrittene			
	18:00 - 20:00 Uhr Tai Chi				19:00 - 21:00 Uhr Fit to Move (Kaebo/Zumba)		
Samstag	10:00 - 11:30 Uhr Karate Kader						
	10:00 - 11:30 Uhr Karate Nachwuchskader						

Hinweis: montags & mittwochs von 19:30 - 21:00 Uhr findet im Dojo eine Aikido-Trainingsgruppe statt, welche durch Vereinsmitglieder kostenfrei genutzt werden kann.