

Trainingsplan

des "Hatsuun Jindo" Karate-Clubs
Magdeburg-Barleben e.V.

	Magdeburg			Barleben
	Olvenstedt	Kannenstieg	Ottersleben	
	Dojo	Taikostützpunkt	Sporthalle GS "Richard Dembny"	Mittellandhalle
	Johannes-Göderitz-Str. 57 39130 Magdeburg	Am Florapark 39128 Magdeburg	Richard-Dembny-Str. 41 39116 Magdeburg	Breiteweg 147 39179 Barleben
Montag	10:00 - 11:00 Uhr Senioren-sport			
	10:00 - 11:00 Uhr Gesundheitssport Ü60			
	16:00 - 16:45 Uhr Wichtel 5 - 6 Jahre			16:00 - 17:30 Uhr Wichtel 3 - 4 Jahre
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Weiß 6 - 7 Jahre			
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Weiß ab 8 Jahre			
	18:00 - 19:30 Uhr Karate Jug./Erw. ab Blau			
	19:00 - 20:30 Uhr Fit to Move (Kaaebo)	19:00 - 20:30 Uhr Taiko Anfänger		19:00 - 20:30 Uhr Karate Erwachsene bis Grün
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		17:30 - 19:00 Uhr Karate Kinder ab Weiß	
	18:00 - 19:00 Rollstuhl-Karate			
	19:00 - 20:00 Uhr Karate Jugend ab Weiß	19:00 - 20:00 Uhr Taiko Intensiv		
	19:00 - 20:00 Uhr Karate Erwachsene ab Weiß	20:00 - 21:30 Uhr Taiko Gesamt		19:00 - 21:00 Uhr Fit to Move (Kaaebo/Zumba)
Mittwoch				
	10:00 - 11:00 Uhr Gesundheitssport Ü60			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
	17:30 - 19:00 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

Trainingsplan "Hatsuun Jindo" Karate-Club



Trainingsplan

des "Hatsuun Jindo" Karate-Clubs
Magdeburg-Barleben e.V.

	Magdeburg			Barleben
	Olvenstedt	Kannestieg	Ottersleben	
	Dojo	Taikostützpunkt	Sporthalle GS "Richard Dembny"	Mittellandhalle
	Johannes-Göderitz-Str. 57 39130 Magdeburg	Am Florapark 39128 Magdeburg	Richard-Dembny-Str. 41 39116 Magdeburg	Breiteweg 147 39179 Barleben
Donnerstag	10:00 - 11:00 Uhr Seniorensport			
	16:00 - 16:45 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. Weiß
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder ab Orange			17:30 - 19:00 Uhr Karate Kinder/Jug. ab Gelb
	18:00 - 19:30 Uhr Fit to Move (Yoga)		18:00 - 19:00 Uhr Karate Jug./Erw. bis Grün	
	18:00 - 19:30 Uhr Karate Jug./Erw. ab Blau	19:00 - 20:00 Uhr Taiko Intensiv		
	19:30 - 21:00 Uhr Karate Jug./Erw. bis Grün	20:00 - 21:30 Uhr Taiko Gesamt	19:00 - 20:00 Uhr Karate Jug./Erw. ab Blau	
Freitag	16:00 - 16:45 Uhr Wichtel 3 - 4 Jahre			
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Weiß 6 - 7 Jahre			
	17:00 - 18:00 Uhr Karate Kinder Weiß ab 8 Jahre			
	18:15 - 20:00 Uhr Tai Chi			19:00 - 21:00 Uhr Fit to Move (Kaaebo/Zumba)
Samstag	9:30 - 11:00 Uhr Karate Kader			
	9:30 - 11:00 Uhr Karate Nachwuchskader			

ZUR BEACHTUNG: Alle Weißgurt-Kinderguppen beinhalten auch Weiß-Gelbgurte.

Weitere Trainingsorte und Zeiten			
montags	14:30 Uhr - 15:30 Uhr	Seniorensport	Sporthalle GS "Am Nordpark Am Weinhof 6, 39106 Magdeburg
montags	15:00 Uhr - 16:30 Uhr	Kindertaikos	Hort Barleben Breiteweg 158, 39179 Barleben
dienstags	15:00 Uhr - 16:00 Uhr	Fit to Move (Kaaebo)	Förderschule Hand in Hand Magdeburg Fermersleber Weg 21, 39112 Magdeburg
donnerstags	17:00 Uhr - 18:30 Uhr	Wichtel 3 -6 Jahre	Sporthalle Gemeinschaftsschule "Ernst Wille" Frankelfelde 35, 39116 Magdeburg