Welt-Karte-Tag Lehrgang - Sonntag 25.10.26

Schulturnhallen Feldbergstr. 85, Zugang über Parkplatz Eingang linke Seite!

Uhrzeit	Halle Groß	Halle Groß2	Halle Klein	Halle Klein2
09.30-09.45	gemeinsames Aufwärmen	gemeinsames Aufwärmen		
09.45-10.30	Karate Prüfungsvorber. Kihon/Zenshin-Kotai	Karate Prüfungsvorber. Kihon/Zenshin-Kotai	Karate am Ball	Karateschnuppern
10.40-11.25	Ippon Kumite	Kihon-Kata Kinder ab 5 J. bzw. Fukyu-Gata Ich	Bo-Einsteiger/Schnuppern	Selbstverteidigung
11.30-12.15	Fukyu-Gata San	Fukyu-Gata Ni	Abzeichen/Streifenprüfung	
12.15-13.15	Mittagspause Mondo	Mittagspause Mondo	Mittagspause Mondo	Mittagspause Mondo
13.15-14.15	Kobudo * Sai Schnupper	Kata Ananku	Prüfung Karate - 9.-7.Kyu	
14.30-15.30		Kata Bunkai und Yakusuku Kumite	Prüfung Karate - 6.-4.Kyu	
15.30-			Prüfung Karate - 6.-4.Kyu	
				Änderungen vorbehalten!