

Trainingsplan des Kampfkunstvereins InYô Budo im KIDO-Zentrum in OAS-Unterasbach

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:30						
10:00					freies Training für alle 09:30 - 11:00 nach Absprache	freies Training 10:00 - 13:00 für alle
10:30						
11:00						
12:00						
12:30						
13:00						
...						
16:30	Kinder-Karate 6-12 Jahre					
17:00	16:30 - 17:30 Anke, Horst					
17:30						
18:00	Karate Wadôryu Jürgen Anfänger	Ryusuiiken weicher Stil Jürgen ab 16 Jahren	Kinder-Karate 6-12 Jahre 17:30 - 18:30 Horst, Theo			
18:30	18:00 - 19:30 ab 13 Jahren	18:00 - 19:30	Karate Wadôryu Roland, Robert alle	Kobujutsu Waffentraining Josef, Jens ab 16 Jahren	TSYR Koryu Roland fortgeschritten	
19:00	19:30 Karate Wadôryu Jürgen fortgeschritten		18:45 - 20:15 ab 13 Jahren	18:30 - 20:00	18:30 - 20:30 nach Absprache	
20:00	20:30 19:45 - 21:30 ab 13 Jahren			TSYR Koryu Roland fortgeschritten		
21:00			freies Training für alle 20:15 - 21:30	20:00 - 21:30 nach Absprache		
21:30						