

Kursplan SeiDo Karate-Marburg e.V.

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
12.00						Theorie u. Philosophie der Karate-Kampfkunst (ab 8 Jahre) 12.00 - 13.00 Uhr
13.00						Karate für Alle Familientraining ab 8 Jahre Partnerübungen Selbstverteidigung Grundschule Kata Trainingsparkours * 13.00 - 15.00 Uhr
13.00						
14.00						
14.00						
15.00						
15.30	Karate SeiDo Kids 1 (4 - 6 Jahre) 15.30 - 16.15 Uhr		Karate SeiDo Kids 1 (4 - 6 Jahre) 15.30 - 16.15 Uhr			
16.15						
16.30	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) bis Gelbgurt 16.30 - 17.25 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) bis Gelbgurt 16.30 - 17.25 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) bis Gelbgurt 16.30 - 17.25 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) bis Gelbgurt 16.30 - 17.25 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) bis Gelbgurt 16.30 - 17.25 Uhr	
17.25						
17.30	Karate SeiDo JUGEND Techniken + Partnerübungen (10 - 17 Jahre) 17.30 - 18.30 Uhr	Karate SeiDo JUGEND Techniken + Partnerübungen (10 - 17 Jahre) 17.30 - 18.30 Uhr	Karate SeiDo JUGEND Fortgeschrittene Techniken (10 - 17 Jahre) 17.30 - 18.30 Uhr	JUGEND/ERWACHSENE Kata - Training Wettkampf Philosophie 17.30 - 18.30 Uhr	Karate SeiDo JUGEND Techniken + Partnerübungen (10 - 17 Jahre) 17.30 - 18.30 Uhr	
18.30						
18.45	Karate Erwachsene für Anfänger * 18.45 - 20.00	Karate JUGEND/ERWACHSENE Schwerpunkt: Kata u. Techniken aus den Kata 18.45 - 20.00 Uhr	Karate JUGEND/ERWACHSENE Bunkai u. Partnerübungen (ab 14 Jahre) 18.45 - 20.00 Uhr	Karate Erwachsene für Anfänger * 18.45 - 20.00	Karate JUGEND/ERWACHSENE Bunkai u. Partnerübungen (ab 14 Jahre) 18.45 - 20.00 Uhr	
20.00						
20.00	Kickboxen * (ab 12 Jahre) 20.00 - 21.00 Uhr					
21.00						