



Kursplan SeiDo Karate-Marburg e.V.



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
11.00				Karate - Sonderkurs für Schichtdienst (statt Abendkurse-bitte anmelden) 11.00 - 12.00 Uhr		
12.00						
13.00						
14.00						
15.00	Karate SeiDo Kids 1 (4 - 6 Jahre) 15.00 - 15.45 Uhr		Karate SeiDo Kids 1 (4 - 6 Jahre) 15.00 - 15.45 Uhr			
16.00	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Karate SeiDo Kids 2 Grundkurs/Basis (6 - 9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Kursystem: Grün: Basiskurse Erwachsene Orange: Basis Kinder/Jugendliche Grau: Basiskurse Kinder Blau: Sonderkurse mit Zuzahlung Rot: Sonderkurse mit Zuzahlung Basiskurse in Gebühr der Standardmitgliedschaft enthalten Stand: 28. Oktober 2019
17.00	Karate Kihon Grundschule (ab 8 Jahre Orange) 17.00 - 18.00 Uhr	Fit for Kids Sport mit Spaß (ab 8 Jahre) 17.00 - 17.45 Uhr	Freestyle Karate Extrem Jump Karate (ab 12 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr	Kata - Training ab 8 Jahren (Gelb-Orange) Philosophie 17.00 - 18.00 Uhr	Pratzentraining Techniken + Partnerübungen (ab 8 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr	
18.00	Karate KoBuDo Stock- u. Waffentechniken (ab 12 Jahre) 18.00 - 19.00 Uhr	Workout (Fitness - Extrem) (ab 14 Jahre) 18.00 - 19.00 Uhr	Bunkai Training ab 8 Jahre (Gelb-Orange) Bunkai/Partnerübungen 18.00 - 19.00 Uhr	Karate KoBuDo Stock- u. Waffentechniken (ab 12 Jahre) 18.00 - 19.00 Uhr	Verteidigung ab 9 Jahre 18.00 - 19.00 Uhr	
19.00	Karate Erwachsene Alle Graduierungen 19.00 - 20.00	Karate Kumite (Freikampf) (ab 12 Jahre) 19.00 - 20.00 Uhr	Karate Erwachsene Alle Graduierungen 19.00 - 20.00	Vital Karate Erwachsene - Anfänger 19.00 - 20.00	Karate Erwachsene Alle Graduierungen 19.00 - 20.00	
20.00	Kickboxen (ab 13 Jahre) 20.00 - 21.00 Uhr			Selbstverteidigung (Einfache Grundtechniken) 20.00 - 21.00 Uhr		
21.00						