

Kursplan SeiDo Karate-Marburg e.V.



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
11.00				In Planung		
12.00						
12.00						Theorie u. Philosophie der Karate-Kampfkunst (ab 6 Jahre) 12.00 - 13.00 Uhr
13.00						
13.00						
14.00						
14.00						Karate für Alle Familientraining ab 6 Jahre Partnerübungen Selbstverteidigung Grundschule (Kihon) + Kata Trainingsparkours 13.00 - 15.00 Uhr
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 für Wettkampf Philosophie 17.30 - 18.30 Uhr	Karate SeiDo JUGEND Techniken + Partnerübungen (10 - 17 Jahre) 17.30 - 18.30 Uhr	
18.30						
18.30	Karate Erwachsene - Anfänger 18.30 - 20.00	Karate ab 3. Kyu JUGEND/ERWACHSENE Schwerpunkt: Kumite u. Techniken 18.30 - 20.00 Uhr	Karate JUGEND/ERWACHSENE Bunkai/Partnerübungen ab 14 J. 18.30 - 20.00 Uhr	Karate Erwachsene - Anfänger 18.30 - 20.00	Karate JUGEND/ERWACHSENE Bunkai/Partnerübungen ab 14 J. 18.30 - 20.00 Uhr	
20.00						
20.00	Kickboxen (ab 12 Jahre) 20.00 - 21.00 Uhr					
21.00						

Gültig ab 01.04.2019