

## Angebot für zusätzliches Training ab 16 Jahre

Datum	Zeit	Halle	Gruppe	Programm
12.02.25	20:00-21:30 Uhr	IGS	3. Str. - 7. Kyu	Heian Nidan
19.02.25			6. - 4. Kyu	Heian Sandan
26.02.25			3. Kyu - Dan	Jiin
05.03.25			3. Str. - 7. Kyu	Heian Nidan Bunkai
12.03.25			6. - 4. Kyu	Heian Sandan Bunkai
19.03.25			3. Str. - 7. Kyu	Heian Sandan
26.03.25			3. Str. - 7. Kyu	Kihon Ippon Kumite 9.- 7. Kyu
02.04.25			6. - 4. Kyu	Kihon Ippon Kumite 6.- 4. Kyu
30.04.25			3. Kyu - Dan	Jiyu Ippon Kumite 3. - 1. Kyu
07.05.25			3. Kyu - Dan	Jion Bunkai
14.05.25			6. - 4. Kyu	Heian Godan
21.05.25			3. Kyu - Dan	Hangetsu
28.05.25			6. - 4. Kyu	Tekki Shodan
04.06.25			Ab 3. Streifen	Selbstverteidigung
11.06.25			Ab 3. Streifen	Selbstverteidigung
18.06.25			Ab 3. Streifen	Selbstverteidigung
25.06.25			Ab 3. Streifen	Selbstverteidigung
02.07.25			3. Str. - 7. Kyu	Heian Nidan
27.08.25			3. Str. - 7. Kyu	Kihon Ippon Kumite 9.- 7. Kyu
03.09.25			6. - 4. Kyu	Kihon Ippon Kumite 6.- 4. Kyu
10.09.25			3. Kyu - Dan	Jiyu Ippon Kumite 3. - 1. Kyu
17.09.25			3. Str. - 7. Kyu	Heian Nidan Bunkai
24.09.25			6. - 4. Kyu	Heian Yondan Bunkai
01.10.25			3. Kyu - Dan	Bassai Dai Bunkai
08.10.25			3. Kyu - Dan	Enpi Bunkai

Datum	Zeit	Halle	Gruppe	Programm
05.11.25	20:00-21:30 Uhr	IGS	3. Str. - 7. Kyu	Heian Shodan Bunkai
12.11.25			6. - 4. Kyu	Heian Godan Bunkai
19.11.25			3. Kyu - Dan	Tekki Shodan/ Tekki Nidan/ Tekki Sandan
26.11.25			Ab 3. Streifen	Athletik- und Pratzen training
03.12.25			Ab 3. Streifen	Athletik- und Pratzen training
10.12.25			Ab 3. Streifen	Athletiktraining
17.12.25			Ab 3. Streifen	Athletiktraining