

Trainingsplan 2020/21			Karate Dojo Überlingen e.V.	
Stand: 13.9.2020		NEUE ANFÄNGERKURSE ab Sept. 2020	Kinder	Erwachsene
Schulferien: kein Kindertraining - allg. Trainingszeiten können variieren				
Tag	Zeit (Nachmittag)	Training	für	Trainer / Vertretung
Mo	18:00 - 19:30	Erwachsene Ü50	Erwachsene	Walter Schneider
	Corona-Pause: 15 min			
	19:45 - 21:15	Erwachsene Kata, Kumite, Kihon	Alle	Wolfgang Obert / Thomas Reinhard <i>(letzter Montag/Monat Uwe)</i>
Di	17:00 - 17:45	Kinderkarate	Kinder ab 7 Jahre	XX?
	Corona-Pause: 15 min		Anfängerkurs ab xx	
	18:00 - 18:45	Kinderkarate	Kinder 9 - 12 J	Elke Ziegler / Herbert Unger
	Corona-Pause: 15 min		7.-5. Kyu	
	19:00 - 20:15	Jugendkarate	Kinder ab 12 Jahre ab 6. Kyu	Walter Schneider
	Corona-Pause: 15 min			
Mit	20:30 - 22:00	Kendo-Verein	Kendo	Kendo
	18:00 - 19:30	Erwachsene	Anfängerkurs ab 16.9.20	Erich Heggenberger / Wolfgang Obert
	Corona-Pause: 15 min			
Do	19:45 - 21:15	Erwachsene	alle	Miroslav Ckovric / Susanne Schellenberg
	15:30 - 16:15	Bonsai Training	Kinder 4 - 6 J	Sonja Lammers
	Corona-Pause: 15 min		Anfängerkurs ab 5.11.20	Co-Trainer: Ruth
	16:30 - 17:15	Kinderkarate I	Kinder 7 - 10 J bis 7. Kyu	Ruth Engelhardt Co-Trainer: Sonja
	Corona-Pause: 15 min			
	17:30 - 18:15	Kinderkarate II	Kinder 8 - 12 J 7.-5. Kyu	Sandra Lohr
	Corona-Pause: 15 min			
	18:30 - 20:00	Kendo-Verein	Kendo	Kendo
Corona klären: 5 min				
Fr	20:00 - 21:45	Erwachsene	Wettkampfgruppe	Miroslav Ckovric / Susanne Schellenberg
	18:00 - 19:30	Erwachsene Ü50	Erwachsene	Walter Schneider
	Corona-Pause: 15 min			
Fr	19:45 - 21:15	Erwachsene	Alle	Wolfgang Obert / Thomas Reinhard
Tag	Zeit (Vormittag)	Training	für	Trainer
Mo	9:30 - 10:30			
Di	9:30 - 10:30			
Mi	9:30 - 10:30			
Do	9:30 - 10:30			
Fr	9:30 - 10:30			
Sa	10:00 - 12:00	Kendo-Verein	Kendo	Kendo
	2-3 Samstage/ Monat			
So	10:00 - 12:00	Erwachsene	Wettkampfgruppe	Miroslav Ckovric
	Corona-Pause: 15 min	Pause für kontaktlosen Gruppenwechsel + ev. Notwendiger Desinfektion im Dojo gelten natürlich Begrenzung der TN-Anzahl		