



# Kursplan SEIDO-KARATE-MARBURG e.V.



Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
	Trainer		Trainer		Trainer		Trainer		Trainer		Trainer
Seido Kids 1 (4 - 8 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Uwe					Seido Kids 1 (4 - 8 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr	Uwe				
Seido Kids 2 (9 - 16 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr	Uwe	Seido Kids Point-Fight Training (9 - 16 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr	Uwe	Seido Kids 3 (9 - 16 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr	Uwe mit Shonen Shodan Parwes	Seido Kids 2 (9 - 16 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr	Uwe	Karate für Alle (alle Altersgruppen) 17.00 - 18.00 Uhr	Uwe	Karate für Alle Schwerpunkt Technik (Kihon u. Kata) 13.00 - 14.00 Uhr	Uwe
Karate Erwachsene (ab 12 Jahre) 18.00 - 20.00 Uhr	Senpai Anton	Karate Erwachsene Schwerpunkt Kondition (ab 12 Jahre) 18.00 - 19.00 Uhr	Senpai Renate und Fortge- schrittene	Karate Erwachsene (ab 12 Jahre) 18.00 - 20.00 Uhr	Senpai Anton	Spezial - Training (Alters- u. Gesund- heitsabgestimmt) 18.00 - 19.00 Uhr	Senpai Anton	Karate für Alle (alle Altersgruppen) 18.00 - 20.00 Uhr	Senpai Anton	Karate für Alle Schwerpunkt Technik (Basic Self Def.) 14.00 - 15.00 Uhr	Uwe
						Karate Erwachsene Kumite/Sparring 19.00 - 20.00 Uhr	Senpai Anton				
Bujinkan- Ninjutsu 20.15 - 22.15 Uhr (externer Kurs mit gesonderten Kosten)	Miguel	Aikido 19.30 - 21.00 Uhr (externer Kurs mit gesonderten Kosten)		Biodanza/Aikido 20.00 - 21.30 Uhr (externer Kurs mit gesonderten Kosten)	Erhard	Tai Chi 20.00 - 21.30 Uhr (externer Kurs mit gesonderten Kosten)	Markus				