

KARATE DOJO UNTERROT

Trainingsort: Sporthalle Gaildorf gültig ab März 2019

Bitte auch unseren aktuellen Trainingsplan auf www.kdsu.de beachten!



| | 17:00 – 18:00 | 18:00 – 19:00 | 19:00 – 20:00 | 20:00 – 21:15 |
|------------|--|---|--|--|
| Montag | | Jugend (8-14 Jahre) Anfänger/Weißgurt TH, SL, SH | Jugend (8-14 Jahre) Ab Grüngurt TS | Erwachsene (ab 15 Jahren) Ab Blaugurt <u>20:15 – 21:30</u> TS, HD |
| Dienstag | | | freies Training Wettkampf- vorbereitung | Erwachsene (ab 15 Jahren) Bis Grüngurt HD, TS |
| Mittwoch | | Jugend (8-14 Jahre) Gelb- und Orangegurt TH | Leistungs-gruppe Ab Gelbgurt AK, VS | Erwachsene (ab 15 Jahren) Ab Blaugurt VS, HD |
| Donnerstag | | | | Erwachsene (ab 15 Jahren) Bis Grüngurt MK, DB, HD |
| Freitag | Kinder (5-7 Jahre) TH, SL, SH | Jugend (8-14 Jahre) Gelb- und Orangegurt TH, SL, SH | Jugend (8-14 Jahre) Ab Grüngurt JS, AK, VS, MK, HD | freies Training Wettkampf- vorbereitung |

| | | | | |
|-------------------------------|------------------------------------|--------------|--|--------------|
| Telefon-Nr. der Trainer | HD – Hans Deininger Cheftrainer | 01702045651 | VS – Verena Schmelcher Co-Trainerin | 015252733066 |
| | TS – Thomas Schmidt | 015905094569 | MK – Manfred Kramser | 01742435098 |
| | JS – Jasmin Starijacki | 015739346942 | DB – Detlef Bladet | 01627921957 |
| | SH – Sarah Hünnefeld | | SL – Sharon Ludwig | |
| | AK – Andreas Kipfel | 015153225522 | TH – Torsten Hoßbach | 017647209178 |
| | AB - Anja Braun Kassierin | 015112433986 | RN – Ralf Niesner | 015754304835 |
| | | | Hausmeister Sporthalle | 015111707015 |