

Trainingsplan Woche 22



Montag 30. Mai 2022	Dienstag 31. Mai 2022	Mittwoch 1. Juni 2022	Donnerstag 2. Juni 2022	Freitag 3. Juni 2022
16.30 Kata - Kumite Unterstufe 8 8 7 7 Kinder (Orange, Halbgrün =U10)	16.30 Kumite - Kata Unterstufe Kinder, Schüler U8, U10	13.30 Neuer Einführungskurs 1/22 EK Kinder, Schüler	10.40 Kumite Sportschüler Sportschüler	08.30 Frauenpower 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D
17.30 Kata - Kumite Mittelstufe 7 6 5 4 Dojo: Schüler (Orange ab 10 Jahre) / Online: alle	17.15 Kumite - Kata Mittelstufe Dojo: U12, U14, U16 (ab Blaugurt) / Online: alle	14.30 Anschlusskurs A und B 9 8 Kinder, Schüler aus EK 1/21	12.20 Jukuren 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D Liebe zur Weisheit	16.30 Kata - Kumite Unterstufe 8 8 7 7 Kinder (Orange, Halbgrün =U10)
18.15 Kumite Oberstufe Dojo: U16 TC nat/reg - U18 - U21 - Elite / Online: alle	18.45 Kata - Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo: Jugend / Online: alle	15.30 Kata - Kumite Unterstufe 8 8 Kinder, Schüler	16.30 Kumite - Kata Unterstufe Kinder, Schüler U8 und U10	17.30 Kata - Kumite Mittelstufe 7 6 5 4 Dojo: Schüler (Orange ab 10 Jahre) / Online: alle
19.55 Videoanalyse U16 TC reg/nat - U18 - U21 - Elite	20.00 Kata Unterstufe, Mittelstufe 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D Dojo und Online	16.30 Kata - Kumite Mittelstufe 1 7 7 6 Kinder, Schüler	17.15 Kumite - Kata Mittelstufe Dojo: U12, U14, U16 (ab Blaugurt) / Online: alle	18.45 Kata - Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo:Jugend / Online: alle
20.00 Kata Mittelstufe, Oberstufe 3 2 1 D Dojo und Online: Empi, Niju shiho		17.30 Kata - Kumite Mittelstufe 2 5 4 3 Dojo: Schüler, Jugend / Online: alle	18.15 Kumite Oberstufe Dojo: U16 TC reg/nat - U18 - U21 - Elite / Online: alle	20.00 Kata Mittelstufe, Oberstufe 3 2 1 D Dojo und Online: Tokui Kata
		18.15 Kumite Oberstufe Dojo: U16 TC reg/nat - U18 - U21 - Elite / Online: alle	20.00 Kata Unterstufe, Mittelstufe 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D Dojo und Online	
		20.00 Kata Oberstufe D Dojo und Online: Bassai sho, Sochin		