

Trainingsplan Woche 18



Montag 27. April 2026	Dienstag 28. April 2026	Mittwoch 29. April 2026	Donnerstag 30. April 2026	Freitag 1. Mai 2026
<p>10.00 High-Performance Individual Training Leistungssportler</p>	<p>16.30 Kumite - Kata Unterstufe 8 8 7 7 6 U8, U10, U12</p>	<p>13.30 Fortsetzungskurs 1/26 EK 9 9 Kinder ab 5 Jahre</p>	<p>10.40 Kumite 3 2 1 D Sportschüler, Elite</p>	<p>08.25 Frauenpower 8 7 6 5 4 3 2 1 D</p>
<p>15.30 Kata - Kumite Unterstufe 9 8 8 Kinder</p>	<p>17.15 Kumite - Kata Mittelstufe 6 5 4 3 2 1 U12, U14, U16</p>	<p>14.30 Fortsetzungskurs 9 9 Kinder, Schüler aus dem letzten Einführungskurs</p>	<p>12.30 Jukuren 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D Liebe zur Weisheit</p>	<p>15.30 Kata - Kumite Unterstufe 9 8 8 Kinder, Schüler</p>
<p>16.30 Kata - Kumite Mittelstufe 1 7 7 6 5 4 Kinder, Schüler</p>	<p>18.15 Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo: U16 TC nat/reg - U18 - U21 - Elite / Online: alle</p>	<p>15.30 Kata - Kumite Unterstufe 9 8 8 Kinder, Schüler</p>	<p>16.30 Kumite - Kata Unterstufe 8 8 7 7 6 U8, U10, U12</p>	<p>16.30 Kata - Kumite Mittelstufe 1 7 7 6 Schüler</p>
<p>17.15 Kumite - Kata Mittelstufe 2 5 4 3 2 1 U12 - U14 - U16</p>	<p>20.00 Kata Unterstufe, Mittelstufe 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D Erwachsene Dojo und Online: Prüfungskata</p>	<p>16.30 Kata - Kumite Mittelstufe 1 7 7 6 Schüler</p>	<p>17.15 Kumite - Kata Mittelstufe 6 5 4 3 2 1 U12, U14, U16</p>	<p>17.30 Kata - Kumite Schüler, Jugend 5 4 3 Schüler, Jugend</p>
<p>18.15 Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo U16 TC nat/reg - U18 - U21 - Elite / Online alle</p>	<p>17.30 Schulsport Aarberg</p>	<p>17.15 Kata - Kumite Mittelstufe 2 5 4 3 Schüler, Jugend</p>	<p>18.15 Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo: U16 TC nat/reg - U18 - U21 - Elite / Online: alle</p>	<p>18.15 Kata - Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo: Jugend / Online: alle</p>
<p>20.00 Kata Mittelstufe, Oberstufe 3 2 1 D Erwachsene Dojo und Online: Nijushiho, TK</p>		<p>18.15 Kata - Kumite Oberstufe 3 2 1 D Dojo: Jugend / Online: alle</p>	<p>20.00 Kata Unterstufe, Mittelstufe 9 8 7 6 5 4 3 2 1 D Erwachsene Dojo und Online: Prüfungskata</p>	<p>20.00 Kata Mittelstufe, Oberstufe 3 2 1 D Erwachsene Dojo und Online:</p>
		<p>20.00 Kata Oberstufe D Erwachsene Dojo und Online:</p>	<p>17.15 Schulsport Lyss</p>	