

Trainingszeiten



Montag

17:00 bis 18:00 Uhr	Unterstufe Kinder Kumite	Don-Bosco-Schule	Ketteler Str. 11 Troisdorf - Sieglar
18:30 bis 20:00 Uhr	Oberstufe Kumite	Römerplatz	Römerplatz Troisdorf

Dienstag

19:30 bis 20:30 Uhr	Yoga Training	Turnhalle	Wim-Nöbel-Straße Troisdorf-Oberlar bequeme Sportkleidung
20:30 bis 21:30 Uhr	Mittel- Oberstufe freies Kata Training		

!! ACHTUNG Trainingszeiten können sich ändern!!
Terminkalender auf der Homepage ist aktuell

Mittwoch

17:00 bis 18:00 Uhr	Mittel-/Oberstufe Kinder Kumite	Don-Bosco-Schule	Ketteler Str. 11 Troisdorf - Sieglar
20:00 bis 21:30 Uhr	Ab 1. Dan Kata	Gymnastikhalle Altenforst	Zum Altenforst 12a Troisdorf

Donnerstag

18:30 bis 19:30 Uhr	Unter-/ Mittelstufe Kumite	Janosch Grundschule	Magdalenenstraße Troisdorf-Oberlar
18:30 bis 19:30 Uhr	Prüfungs- und Wettkampfvorbereitung	Janosch Grundschule	Magdalenenstraße Troisdorf-Oberlar
19:30 bis 20:30 Uhr	Oberstufe Kata (Voraussetzung: Sentei Katas)	Janosch Grundschule	Magdalenenstraße Troisdorf-Oberlar

Freitag

17:00 bis 18:00 Uhr	Anfängerkurs Kinder	Rundsporthalle	Elsenplatz Troisdorf
18:30 bis 19:30 Uhr	Anfängerkurs Jugend & Erwachsene	Rundsporthalle	Elsenplatz Troisdorf
17:00 bis 18:00 Uhr	Unterstufe Kinder	Rundsporthalle	Elsenplatz Troisdorf
17:00 bis 18:00 Uhr	Mittel-/Oberstufe Kinder	Rundsporthalle	Elsenplatz Troisdorf
18:15 bis 19:45 Uhr	Alle Gruppen Jugendliche und Erwachsene	Rundsporthalle	Elsenplatz Troisdorf

Samstag

14:30 bis 15:45 Uhr	Heian Katas	Gymnastikhalle Altenforst	Zum Altenforst 12a Troisdorf
15:45 bis 17:15 Uhr	Sentei Katas	Gymnastikhalle Altenforst	Zum Altenforst 12a Troisdorf

Unterstufe: 9.-7. Kyu = Weiß-, Gelb-, und Orangegurt
Mittelstufe: 6.-4. Kyu = Grün-, und Violetgurt
Oberstufe: ab 3. Kyu = ab Braungurt