



# Trainingszeiten

(ab 07.11.2010)

Karate-Dojo Lich e.V.  
Bahnhofstraße 2 . 35423  
Lich

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Sonntag	
<i>gr. Halle</i>	<i>kl. Halle</i>	<i>gr. Halle</i>	<i>kl. Halle</i>	<i>gr. Halle</i>	<i>kl. Halle</i>	<i>gr. Halle</i>	<i>kl. Halle</i>	<i>gr. Halle</i>	<i>kl. Halle</i>	<i>gr. Halle</i>	<i>kl. Halle</i>

V  
O  
R  
M  
I  
T  
T  
A  
G

GENKI  
Gymnastik  
60plus  
09:30 - 10:30

Karate  
ü35  
  
10:30 - 12:00

15:00

Kinder-Karate  
Mini-Tiger  
15:00 - 16:00

Bewegungs-  
förderung  
"Kunterbunt"  
15:00 - 16:00

16:00

Kinder-Karate  
1. Stufe  
Vorprüfung  
16:00 - 17:00

Kinder-Karate  
Anfänger  
ab 7 Jahre  
16:00 - 17:00

Bewegungs-  
förderung  
"Champion"  
16:00 - 17:00

17:00

Kinder-Karate  
5. Stufe  
bis grün  
17:00 - 18:00

Kinder-Karate  
2. Stufe  
Vorprüfung & weiß  
17:00 - 18:00

Kinder-Karate  
3. Stufe  
weiß & weiß-gelb  
17:00 - 18:00

Kinder-Karate  
Gruppe A  
17:00 - 18:00

Kinder-Karate  
Gruppe B  
17:00 - 18:00

Karate  
Freiestraining  
17:00 - 18:00

18:00

Kinder/Jugend  
6. Stufe  
18:00 - 19:00

Wettkampf  
Leistungskader  
18:00 - 19:00

Wettkampf  
Talentkader  
18:00 - 19:00

19:00

GENKI  
Funktions-  
gymnastik  
19:00 - 20:00

GENKI  
Fit & Gesund  
ab 20.09.10  
19:00 - 20:00

Karate  
9.+ 8. Kyu  
19:00 - 20:00

Karate  
Anfänger  
ab 28.9.10  
19:00 - 20:00

GENKI  
Kara-t-robics  
19:15 - 20:15

Karate  
Kata  
ab 9. Kyu  
19:00 - 20:15

Karate  
Anfänger  
ab 28.9.10  
19:00 - 20:00

Karate  
Kumite  
ab 10 Jahre  
ab 8. Kyu  
19:00 - 20:00

20:00

Karate  
ab 1. Kyu  
20:00 - 21:30

Karate  
4.-2. Kyu  
20:00 - 21:30

Karate  
7.-5. Kyu  
20:15 - 21:30

Karate  
Kata  
ab 4. Kyu  
20:15 - 21:30

Karate  
Kata  
ab 6. Kyu  
20:15 - 21:30

Karate  
Kumite  
ab 7. Kyu  
20:00 - 21:00

21:00