

Trainingsplan Karate TG Biberach Schuljahr 2023/24

Montag			Mittwoch			Freitag		
16.45 - 17.00	Matten aufbauen		16.45 - 17.00	Matten aufbauen				
17.00 - 18.00	Schulkinder 6 - 11 Jahre		17.00 - 18.00	Schulkinder 6 - 11 Jahre				
	Anfänger*innen			Gelbgurt-Anwärter*innen				
	Weißgurte			Gelbgurte				
				Orangegurte				
				Grüngurte		17.15 - 17.30	Matten aufbauen	
						17.30 - 19.00	Kumite-Training und Kata intensiv für den Wettkampf	
18.00 - 19.00	Jugend ab 12 Jahre + Erwachsene		18.00 - 19.00	Jugend ab 12 Jahre + Erwachsene				
	Gelbgurt-Anwärter*innen			Anfänger*innen				
	Gelbgurte			Gelbgurte				Grüngurte nur Kata
	Orangegurte			Orangegurte				Blaugurte
	Grüngurte			Grüngurte				Braungurte
								Schwarzgurte
19.00 - 20.30	Jugend ab 12 Jahre + Erwachsene		19.00 - 20.00	Jugend ab 12 Jahre + Erwachsene				
	Blaugurte 5. Kyu			Blaugurte 5. Kyu				
	Blaugurte 4. Kyu			Blaugurte 4. Kyu				
	Braungurte 3. Kyu			Braungurte				
	Braungurte 2. Kyu			Schwarzgurte				
	Braungurte 1. Kyu							
	Schwarzgurte		20.00 - 21.00	Jugend ab 14 Jahre + Erwachsene				
				Vorbereitung auf DAN-Prüfungen				
				ab 3. Kyu				
				Schwarzgurte				
				Trainerbesprechung				