

# KST Trainingsplan - Gültig ab: 06. August 2018



<b>Montag</b>	<b>17:00 - 17:45 Uhr</b> Karate KIDS 1 Anfänger / Neueinsteiger ab 6 Jahre	<b>17:45 - 18:30 Uhr</b> Kumite Vereinskader C	<b>18:30 - 19:30 Uhr</b> Kata Vereinskader A/B/C	<b>19:30 - 20:30 Uhr</b> Kumite Vereinskader A/B	
<b>Dienstag</b>	<b>17:00 - 18:00 Uhr</b> JUNIORS 1 Gelbgurt bis orange Spitze	<b>18:00 - 19:00 Uhr</b> JUNIORS 2 Orangegurt bis Braungurt	<b>19:00 - 20:15 Uhr</b> Erwachsene BEGINNERS/ ADVANCED Anfänger- bis Blaugurt	<b>20:15 - 21:30 Uhr</b> Erwachsene MASTERS Violett- bis Schwarzgurt	
<b>Mittwoch</b>	<b>16:00 - 17:00 Uhr</b> FIT KIDS Fitnessprogramm für Kinder von 3 bis 5 Jahre	<b>17:00 - 18:00 Uhr</b> Karate KIDS 2 Weiße Spitze	<b>18:00 - 19:00 Uhr</b> Kumite Vereinskader C	<b>19:00 - 20:00 Uhr</b> Kata Vereinskader A/B/C	<b>20:00 - 21:00 Uhr</b> Kumite Vereinskader A/B und regionales Kumite- Wettkampftraining für RKV-Vereine
<b>Donnerstag</b>	<b>17:00 - 18:00 Uhr</b> JUNIORS 1 Gelbgurt bis orange Spitze	<b>18:00 - 19:00 Uhr</b> JUNIORS 2 Orangegurt bis Braungurt	<b>19:00 - 20:15 Uhr</b> Erwachsene BEGINNERS/ ADVANCED Anfänger- bis Blaugurt	<b>20:15 - 21:30 Uhr</b> Erwachsene MASTERS Violett- bis Schwarzgurt	
<b>Freitag</b>		<b>18:00 - 19:00 Uhr</b> Karate KIDS 3 Weißgurt/gelbe Spitze	<b>19:30 - 21:00 Uhr</b> SV Sondertraining nur an vereinbarten Terminen nur für Mitglieder, Termine siehe Terminliste!		