

Trainingszeiten

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
17.15 bis 18.15 Uhr Kinder (ab 8 Jahren) und Jugendliche ab 7. Kyu Kata und Kihon	17.30 bis 18.15 Uhr Kinder Anfänger	17.00 bis 17.45 Uhr Kinder und Jugendliche ab 7. Kyu Kihon und Kumite
18.15 bis 19.30 Uhr Erwachsene Kata und Kihon	18.30 bis 20.30 Uhr Erwachsene Katabunkai und Selbstverteidigung	17.45 bis 19.00 Uhr Erwachsene Kumite

Bei Absagen und Rückfragen:

Horst Volkmann
Tel. (0571) 61164
Mobil: (0151) 1135 6288

Christian Laszczyk
Tel. (0571) 77750
Mobil: (0172) 2730081