

KARATE VEREIN SHOTOKAN HILDESHEIM E.V.

Trainingsplan ab April 2010

montags (Freih.v.Stein)	17.00-18.30	NEU	Anfänger-Lehrgang (Jugend 7-13 J.)	Bernd Schäfer/ Peter Murken
montags (Scharnhorst- gymnasium)	17.00-18.30 18.30-20.00 20.00-21.30	7.-5.Kyu 5.-1.Kyu 9.-7.Kyu	Grundschule/Kata/Partnertr/Vorb.Prüf. Grundschule/Kata/Partnertr/Vorb.Prüf. Grundschule/Kata/Partnertr/Vorb.Prüf.	Georg Steinhoff G.+Evelyn Steinhoff Fatima Alic
dienstags (Goethegymn.)	17.30-18.40 18.45-20.15 20.15-21.40	8.-6.Kyu 5.-1.Kyu/Dan 6.-1.Kyu	Kinder/Jugend -Vorb. Prüfungen - Grundschule/Kata/Vorb. Prüfungen Grundschule/Kata/Partnertr./Vorb.Prüf.	Georg Steinhoff Dieter Mansky Bernd Schäfer
mittwochs (Michelsen- schule)	17.00-18.30 18.30-20.00 20.00-21.30	z. Zeit frei 6.-1.Kyu 6.-3.Kyu	Grundschule/Vorbereitung Kumite Grundschule/Kata/Partnertr/Vorb.Prüf.	Osman Alic Osman/Fatima Alic
donnerstags (Freih.v.Stein)	17.00-18.30 18.30-20.00 20.00-21.30	8.-6.Kyu 9.-7.Kyu NEU	Kinder/Jugend -Vorber. Prüfungen- Grundschule/Kata/Partnertr/Vorb.Prüf. Lehrgang für Neueinsteiger (Erwachsene)	Georg Steinhoff Fatima Alic Holger Graumann
donnerstags (Scharnhorst- gymnasium)	19.00-20.15 20.15-21.45	5.-1.Kyu/Dan 5.-1.Kyu	Grundschule/Vorbereitung Kumite Grundschule/Kata/Partnertraining	Thomas Koch Christian Schüssler /Frank Stolze
freitags (Renataschule Ochtersum)	17.00-18.30 18.30-20.00 20.00-21.30	z. Zeit frei 6.-3.Kyu 6.-3.Kyu	Grundschule/Kumite-Vorbereitung Grundsch./Kata/Partnertr.-Vorb.Prüf.	Osman Alic Osman/Fatima Alic
freitags (Goethegym.)	20.00-21.30	6.-1.Kyu/Dan	Grundschule/Kata/Partnertr./Vorb.Prüf.	Georg/E. Steinhoff
sonnabends (Goethegym.)	13.30-15.00 15.00-16.30 16.30-18.00	5.-1.Kyu/Dan 7.-5.Kyu 6.-1.Kyu	Grundschule/Vorber. Kumite/Kumite Kinder/Jugend -Vorb. Prüfungen- Grundschule/Kata/Partnertraining	Ralf Kuhnert Aytekin Azakli Christian Schüssler/ Frank Stolze

9.Kyu=Weißgurt, 8.Kyu=Gelbgurt, 7.Kyu=Oranggurt, 6.Kyu=Grüngurt, 5.+4.Kyu=Blaugurt, 3.-1.Kyu=Braungurt,
ab 1.Dan=Schwarzgurte/Meistergurte

Gymnastikraum Freiherr-von-Steinschule : gegenüber Museum/rechts neben Volkshochschule

Michelsenschule : links neben Polizei-Schützenwiese (links neben der Schule Eingang zur Turnhalle)

Turnhalle (alte) des Goethegymnasiums: am PvH, Eingang Braunschweigerstr. (Parallellstr. zur Goslarschenstr.)

Gymnastikhalle Scharnhorstgymnasium: Steingrube – Eingang ist in der Eichendorffstr.

Gymnastikhalle Renataschule Ochtersum (mit Spiegel): Schlesierstr.

Bernd Schäfer, Sportwart, Tel. 05121/262743 / Fax 05121/982728 Internet: www.karate-hildesheim.de
Email: bernd.schaefer@htp-tel.de www.shotokan-hildesheim.de

Vereinskonto: Volksbank Hildesheim (BLZ 25990011) KontoNr. 4010812000

Mitglied im Landessportbund Niedersachsen e.V.

Mitglied im Deutschen Karate Verband e.V.