

# Karate - Dojo Schwarz-Weiß-Oldenburg

## Trainingszeiten ab August 2023



Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00					
16:30					
16:45					
17:00					<b>Kinder 6 - 12 Jahre</b> <b>Anfänger</b> Nadine 16:30 - 17:30
17:30		<b>Kinder 6-12</b> <b>Anfänger/ab 9.Kyu</b> Christian 17:00-18:30	<b>Jugend 13 - 17 Jahre</b> <b>Anfänger</b> Niko 17:30 - 18:30		<b>Kinder 6 - 12 Jahre</b> <b>ab 9.Kyu</b> Nadine 17:30-18:30
17:45					
18:00			<b>Jugend 13 - 17 Jahre</b> <b>ab 8.Kyu</b> Niko 18:30 - 19:30		<b>Kata</b> Niko 18:30 - 19:00
18:30					
18:45			<b>Oberstufe</b> <b>ab 3. Kyu</b> Roland 19:30 - 21:00		<b>Anfänger/Unter- und Mittelstufe</b> <b>Erwachsene und Jugend</b> <b>9. - 4. Kyu</b> Niko/Roland 19:00 - 20:15
19:00					
19:30		<b>Unter- und Mittelstufe</b> <b>9. - 4. Kyu</b> Tim 20:00 - 21:30			<b>Oberstufe</b> <b>ab 3. Kyu</b> Roland 20:15 - 21:45
19:45					
20:00					
20:15	<b>freies Training</b> 20:00 - 21:30				
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					

Anfänger können jederzeit anfangen. Bitte melden unter - [karate-do@swo-online.de](mailto:karate-do@swo-online.de)