Erwachsene - Budo-Kampfsportschule-Starzach e.V. **März - April** **2024**

Mittwoch	19:45 - 21:15	in Börstingen (Bö)
Freitag	19:30 - 21:00	in Börstingen (Bö)
Freitag	19:15 - 20:45	in Wachendorf (Wa)

Halle / Datum			Programm		Schwerpunkt		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Notizen
							Trainerteam																				
							VH	FJ	GF	RT	HH	RW	EM	JK	GG	JS	PG	SK				EH	LH	BA		CS	
Wa	Fr	01.03.	Fallschule		Bodenkampf																						
Bö	Mi	06.03.	Grundschule		Block | Kick | Schlag																						
Wa	Fr	08.03.	Grundsch. in Anw.		Stock | Waffen																						
Bö	Mi	13.03.	Kata		Distanz | Atemi																						
Wa	Fr	15.03.	Vielseitigkeit		Hebel | Würgetechnik																						
Bö	Mi	20.03.	Fallschule		Takedowns | Würfe																						
Wa	Fr	22.03.	Grundschule		Karate Wettkampf																						
Bö	Mi	27.03.	Grundsch. in Anw.		Mehrkampf																						*Ferien*
Wa	Fr	29.03.																									Karfreitag
Bö	Mi	03.04.	Kata		Bodenkampf																						*Ferien*
Wa	Fr	05.04.	Vielseitigkeit		Block | Kick | Schlag																						*Ferien*
Bö	Mi	10.04.	Fallschule		Stock | Waffen																						
Wa	Fr	12.04.	Grundschule		Distanz | Atemi																						
Bö	Mi	17.04.	Grundsch. in Anw.		Hebel | Würgetechnik																						
Wa	Fr	19.04.	Kata		Takedowns | Würfe																						
Bö	Mi	24.04.	Vielseitigkeit		Karate Wettkampf																						
Wa	Fr	26.04.	Fallschule		Mehrkampf																						
Trainervergütung 2 Monate							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

Trainer:

VH - Volker Hipp | FJ - Frank Jähne | GF - Günter Faiss | RT - René Thümmler | HH - Harald Huber | RW - Rosetta Venturino-Weschenmoser | EM - Elke Mohl | JK - Jürgen Kessler
GG - Gregor Grammer | JS - Joachim Schaffrinna | PG - Pascal Gepperth | SK - Simon Kunert | EH - Emely Hipp | LH - Leni Herwanger | BA - Bjarne Albers | CS - Christina Schweizer