



# Trainingsplan

ab April 2024

Tag	Ort	9./8. Kyu	7. Kyu	6.Kyu	5./4. Kyu	3.-1. Kyu	Dan	Gruppe	Trainer
Montag 16:00-17:30	FSH							Einsteiger Kinder / Jugend	Tim
Montag 17:30-19:00	FSH							Einsteiger Erwachsene	Jörg
Montag 18:00-19:30	SG								Knut
Dienstag 17:00-18:30	GG								Georg
Dienstag 18:15-19:45	FSH							Vital-Karate (Ü50)	Wilhelm
Dienstag 18:30-20:00	SSM		alle Gürtelfarben					freies Training*	ohne
Mittwoch 17:00-18:30	SG							Einführung Kumite	Osman
Mittwoch 18:30-20:00	MG								Iulia
Donnerstag 16:45-18:15	FSH							Jugend/Kinder	Georg
Donnerstag 18:15-19:45	FSH							Vital-Karate (ü50)	Wilhelm
Donnerstag 19:00-20:30	SG							Jugend/ Erwachsene	Thomas
Freitag 19:00-20:30	GG							Erwachsene	Georg/E.
Samstag 16:30-18:00	GG							Erwachsene	Christian

SG Scharnhorstgymnasium  
GG Goethegymnasium

Eichendorff 17, 31135 Hildesheim  
Braunschweigerstrasse (Nähe Hausnr. 28), 31134 Hildesheim

MG Michelsengymnasium Schützenwiese 21 (linker Parkplatz), 31137 Hildesheim  
FSH Freiherr vom Stein Schule Pfaffenstieg 7 (zwischen Volkshochschule und SSM), 31134 Hildesheim  
SSM Sporthalle Stadtmitte (HT1) Pfaffenstieg 9, 31134 Hildesheim

\* **freies Training** für jedes Vereinsmitglied. Ohne Trainer. Halle ist offen, da die anderen Hallenschiffe durch andere Vereine "bespielt" werden.

Wer also etwas für sich machen oder sich auf eine Prüfung vorbereiten möchte, ist hier genau richtig.