



Trainingsplan

ab Oktober 2023

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
Mittwoch 18:30-20:00	MG							Jugend/ Erwachsene	Osman
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	Eichendorff 17, 31135 Hildesheim
GG	Goethegymnasium	Braunschweigerstrasse (Nähe Hausnr. 28), 31134 Hildesheim
MG	Michelsengymnasium	Schützenwiese 21 (linker Parkplatz), 31137 Hildesheim
FSH	Freiherr vom Stein Schule	Pfaffenstieg (zwischen Volkshochschule und SHS), 31134 Hildesheim