

Trainingsplan 1. Halbjahr 2020

<u>Monat</u>	<u>Unter-Mittelstufe</u>	<u>Oberstufe</u>	<u>Spezial</u>
Januar	: Katawiederholung Heian- Nidan mit Bunkai	Katawiederholung Kanku- Sho mit Bunkai	nach Bedarf HM 15.02.
Schwerpunkt Kumiteformen			
Februar	: Katawiederholung Heian-Sandan mit Bunkai	Katawiederholung Gojushiho-Sho mit Bunkai	nach Bedarf HM 15.02.
Schwerpunkt Grundschule			
März	: Katawiederholung Heian-Yondan mit Bunkai	Katawiederholung Nijushiho mit Bunkai	nach Bedarf DM 7.03.
Schwerpunkt Kumiteformen			
April	: Katawiederholung Heian – Yondan mit Bunkai	Katawiederholung Wankan mit Bunkai	nach Bedarf Ferien vom
Schwerpunkt Grundschule			<u>6.04.-19.04.</u>
Mai	: Katawiederholung Heian- Godan mit Bunkai	Katawiederholung Meikyo mit Bunkai	nach Bedarf <u>Prüfung 11.05.</u>
Schwerpunkt Kumiteformen			
Juni	: Katawiederholung Heian-Godan mit Bunkai	Katawiederholung Kanku-Dai mit Bunkai	nach Bedarf
Schwerpunkt Grundschule			

Sommerferien vom 6. 07. - 16. 08. 2020