



Sportvereinigung Böblingen e.V.

Abteilung Karate



Trainingsplan, ab 10.09.2018

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	MuBa Gym 1	MuBa Gym 2	MuBa Gym 1	MuBa Gym 2	MuBa Gym 1	MuBa Gym 2	MuBa Gym 1	MuBa Gym 2	MuBa Gym 1	MuBa Gym 2
16:30			16:30-17:30							
16:45			Anfänger I 5-9J Laura							
17:00						17:00-18:15			17:00-18:15	17:00-18:15
17:15					8.-7.Kyu, 5-9 J Patricia / Christina				8.-7.Kyu, 5-9J Patricia / Christina	9.Kyu, 5-9J Ralf / Nina
17:30			17:30-18:30	17:30-18:30			17:30-18:45	17:30-18:30		
17:45			Anfänger II 5-9J Laura	9. Kyu 5-9J Nina		Kata LG I, Susanne (Tamara)	9.-8. Kyu 5-9J Joachim	Kumite-LG 6-11J Martin	18:15-19:30	18:15-19:30
18:00	18:00-19:00	17:45-19:00								
18:15	Kata LG I Florin (Edwin)	Kumite LG 6-11J Martin		6.-1. Kyu, 10-15J Ralf	Anfänger - 7.Kyu 10-15J Paul	Kata LG II Susanne	Kumite-LG ab 12J Martin	Anfänger-7.Kyu, 10-15J Sybille	19:30-21:00	19:30-21:00
18:30										
18:45										
19:00	19:00-20:15	19:00-20:30								
19:15	Kata LG II Florin	Kumite LG ab 12J Martin								
19:30										
19:45		19:30-21:30							Erwachsene (ab 16J)	Erwachsene (ab 16J)
20:00		Kampf- training Erwachsene Nick			20:00-21:30	20:00-21:30			Anfänger-6.Kyu Ulli	Anfänger-6.Kyu Andi
20:15						Erwachsene (ab 16J)	Erwachsene (ab 16J)			
20:30	20:15-21:45				Anfänger- 6.Kyu Thomas H.	ab 5.Kyu Andi				
20:45	Selbstverteidigung Andi									
21:00										
21:15										
21:30										

Abteilungsleiter:
Andreas Stavrakakis
Steile Gasse 5
71032 Böblingen
0178/1672347

Kasse:
Ulrich Mayer
Steinweg 19
71093 Weil im Schönbuch

Mitglieder & Online Medien
Ulrike Vauth
Steile Gasse 5
71032 Böblingen
07031/226146

Jugendleiter:
Ralf Buchholz
Blumenstr. 2-2
71116 Gärtringen
07034-28453

Gerätewart:
Paul Szameitpreks
Wilhelmstr. 23
71034 Böblingen

Presse:
Thomas Heinlein
Hofstättenweg 42
71063 Sindelfingen
0175-2635794