



# Sportvereinigung Böblingen e.V.

## Abteilung Karate



### Trainingsplan, ab 11.02.2019

	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
17:15										9.Kyu, 5-9J Nina
17:30			17:30-18:30	17:30-18:30			17:30-18:30	17:30-18:45		
17:45			Anfänger II 5-9J Laura	9-8. Kyu 5-9J Nina/Patrizia		17:30-18:45	8. Kyu 5-9J Joachim	Kumite-LG 6-11J Martin		
18:00	18:00-19:00	17:45-19:00								
18:15	Kata LG I Florin (Edwin)	Kumite LG 6-11J Martin			18:15-19:45	Kata LG I, Andi (Tamara)			18:15-19:30	18:15-19:30
18:30							Anfänger - 7.Kyu 10-15J Paul			Anfänger-7.Kyu, 10-15J Sybille (Nina)
18:45				18:30-20:00		18:45-20:00				
19:00	19:00-20:15	19:00-20:30		6.-1. Kyu, 10-15J Ralf (Patrizia)		Kata LG II Andi		18:45-20:15 Kumite-LG ab 12J Martin		
19:15	Kata LG II Florin	Kumite LG ab 12J Martin								
19:30									Erwachsene (ab 16J) Anfänger-6.Kyu Ulli	Erwachsene (ab 16J) ab 5.Kyu Andi
19:45										
20:00		19:30-21:30			20:00-21:30	20:00-21:30				
20:15		Kampf- training Erwachsene Nick			Erwachsene (ab 16J) Anfänger - 6.Kyu Thomas H.	Erwachsene (ab 16J) ab 5.Kyu Andi				
20:30	20:15-21:45									
20:45	Selbstverteidigung (Kurssystem*) Andi & Ulli									
21:00										
21:15										
21:30										
21:45	*Kurssystem: offen für externe, immer 8 mal; Termine siehe Homepage									

**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 Szameitpreiks  
Wilhelmstr. 23  
71034 Böblingen

**Presse:**  
Thomas Heinlein  
Hofstättenweg 42  
71063 Sindelfingen  
0175-2635794