

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Termine
10.00 – 12.00 Uhr Karate & Kobudo Erwachsene weiß - schwarz		<del>09.30 – 10.30 Uhr Karate für Senioren Fortgeschrittene</del>			<b>Lehrgänge</b>  03.07.21 Shinji Akita in Hannover  11.09.21 u.a. H. Wecks & V. Schwinn in Oberhausen  13. - 14.11. Volker Schwinn und Hans Ruff bei uns im Dojo  10. - 12.12.21 Kids Spezial mit F. Herholt & J. Tymczak auf der Wewelsburg  28. - 30.01.22 Iain Abernethy bei uns im Dojo  09. - 11.09.22 S. Burkhard auf der Proitzer Mühle
		10.00 – 11.15 Uhr Karate für Senioren			
<del></del>		16.00 – 16.45 Uhr Krabbelkarate von 4 bis 6 Jahre ab 30. Juni		<del>15.45 – 16.30 Uhr Krabbelkarate von 4 bis 6 Jahre</del>	
<del>17.00 – 18.00 Uhr Kinder weiß bis orange</del>	16.00 – 17.00 Uhr ab Jahrgang 2009 und älter weiß bis orange	<del>17.00 – 18.00 Uhr Kinder weiß bis orange</del>	<del>16.30 – 17.30 Uhr Kinder weiß</del>	<del>17.00 – 18.00 Uhr Kinder weiß bis orange</del>	
18.00 – 19.00 Uhr Qi Gong Dojo oder Wiese Lohfeld Info vom Trainer	17.30 – 18.30 Uhr Kinder weiß bis braun	<del>18.00 – 19.00 Uhr Kumite Spezial weiß bis schwarz</del>	<del>18.00 – 19.00 Uhr Kinder grün bis braun</del>	<del>18.15 – 19.15 Uhr Kata Spezial gelb bis violett braun bis schwarz</del>	
<del>19.30 – 20.30 Uhr Flexi-Bar</del>	19.00 – 20.15 Uhr Karate Erwachsene violett bis schwarz	19.00 – 20.00 Uhr Kara-T-Robic's	19.00 – 20.15 Uhr Karate Erwachsene weiß bis schwarz	<del>19.00 – 20.00 Uhr Kara-T-Robic's</del>	
<del>20.45 – 21.45 Uhr Karate Erwachsene grün bis violett</del>	20.30 – 21.45 Uhr Karate Erwachsene weiß bis grün		20.30 – 21.30 Uhr Kobudo mit / ohne Vorkenntnisse	<del></del>	

Dieser Trainingsplan ist vom 21. Juni bis zum 31. August gültig.

Voraussetzung ist ein stabiler Inzidenzwert in Lippe und des Landes NRW unter 35.

Für September sind zusätzliche Trainingszeiten in Planung.

Aktuelle Informationen zu unseren Corona Regeln findet Ihr auf unserer Homepage unter [www.karate-salzuflen.de](http://www.karate-salzuflen.de)