



Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen

KCSO – Nachrichten 07/18 + 01/19

Mitteilungsblatt des Karate Club Seibukan e.V. Osterhofen

1. Vorsitzender Steining Robert Falkensteinstraße 21, 94469 Deggendorf Tel.: 0171-49 54 531

E-Mail: info@kcsev.de www.kcsev.de

Aktualisierungsdatum: ->1<- 18.11.2018

Dezember 2018	
1	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
2	So
3	Mo
4	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
5	Mi
6	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
7	Fr
8	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
9	So
10	Mo
11	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
12	Mi
13	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
14	Fr
15	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
16	So
17	Mo
18	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
19	Mi
20	Do Karatetraining mit Vorführungen für alle Gruppen Ki-Sch ab 17:00 Uhr (siehe Ausschreibung) \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Weihnachtsfeier ab 14 Jahre ab 20:45 Uhr
21	Fr
22	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
23	So
24	Mo Heiliger Abend
25	Di Weihnachtsferien (kein Training)
26	Mi
27	Do Weihnachtsferien (kein Training)
28	Fr
29	Sa Weihnachtsferien (kein Training)
30	So
31	Mo Silvester

Januar 2019	
1	Di Neujahr Weihnachtsferien (kein Training)
2	Mi
3	Do Weihnachtsferien (kein Training)
4	Fr
5	Sa Weihnachtsferien (kein Training)
6	So Heiligen drei Könige
7	Mo
8	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
9	Mi
10	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
11	Fr
12	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
13	So
14	Mo
15	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
16	Mi
17	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
18	Fr
19	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
20	So
21	Mo
22	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
23	Mi
24	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
25	Fr
26	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
27	So
28	Mo
29	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:15 Uhr
30	Mi
31	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Karate Stammtisch (Ort wird im Training bekanntgegeben) ab 20:40 Uhr

Realschulturnhalle Osterhofen, Seewiesen 10	
Dienstag	
Jugend & Erwachsene ab weißgelt	
Schüler Neueinsteiger (9-13Jahre) 17:30–18:30 Uhr	
Schüler weiß + weißgelb (9-13Jahre) 17:30–18:30 Uhr	
Schüler gelb Grundstufe (9-13 Jahre) 17:30-18:30 Uhr	
Schüler Fortgeschrittene und Auswahl (9-13Jahre) 17:30-18:45 Uhr	
Jugendliche Neueinsteiger (14 - 17 Jahre) 18:30 – 19:30 Uhr	
Jugend ab weißgelb (14 - 17 Jahre 18:30 - 19:30 Uhr	
Erwachsene ab weißgelb (ab 18 Jahre) 19:00 - 20:15 Uhr	
Donnerstag	
## Donnerstagstraining	
Kinder Neueinsteiger 5 - 8 Jahre 17:00 - 17:50 Uhr	
Kinder weiß 0 (5 - 8 Jahre) 17:00 – 17:50 Uhr	
Kinder ab weißgelb, gelb, orange, grün 5 - 8 Jahre 17:50 - 18:45 Uhr	
Gesundheitssport Neueinsteiger ab etwa 40 Jahre 18:55 – 20.15 Uhr	
\$\$, Erwachsene weiß + weißgelb (18 - 50 Jahre) 19:00 – 20:15 Uhr	
\$\$, Gesundheitssport für Senioren Fortgeschrittene 19:00 – 20:15 Uhr	
Donnerstags Kobudo Training ab 14 Jahre (auch für Neueinsteiger) 20:15-21:00 Uhr	
Trainingsort: Samstag Hallenbadturnhalle Osterhofen, Seewiesen	
Jugend ab weiß1 (14 - 17 Jahre) 09:00 - 09:45 Uhr	Kinder ab gelb (5 - 8 Jahre) 09:45 - 10:30 Uhr
Erwachsene ab weiß1 (ab 18 Jahre) 09:00 - 09:45 Uhr	Schüler ab weiß-gelb (9-13 Jahre) 09:45 - 10:30 Uhr