



Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen

KCSO – Nachrichten 02/19

Mitteilungsblatt des Karate Club Seibukan e.V. Osterhofen

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

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

Aktualisierungsdatum: ->1<- 22.01.2019

Februar 2019	
1	Fr
2	Sa
3	So
4	Mo
5	Di
6	Mi
7	Do
8	Fr
9	Sa
10	So
11	Mo
12	Di
13	Mi
14	Do
15	Fr
16	Sa
17	So
18	Mo
19	Di
20	Mi
21	Do
22	Fr
23	Sa
24	So
25	Mo
26	Di
27	Mi
28	Do

März 2019	
1	Fr
2	Sa
3	So
4	Mo
5	Di
6	Mi
7	Do
8	Fr
9	Sa
10	So
11	Mo
12	Di
13	Mi
14	Do
15	Fr
16	Sa
17	So
18	Mo
19	Di
20	Mi
21	Do
22	Fr
23	Sa
24	So
25	Mo
26	Di
27	Mi
28	Do
29	Fr
30	Sa
31	So

Realschulturnhalle Osterhofen, Seewiesen 10	
Dienstag	
Jugend & Erwachsene ab weißgelb	
Schüler Neueinsteiger (9-13Jahre) 17:30–18:30 Uhr > Feb. 17:15 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 gelb (ab 18 Jahre) 19:00 - 20:15 Uhr	
Donnerstag	
## Donnerstagstraining	
Kinder Neueinsteiger 5 - 8 Jahre 17:00 - 17:50 Uhr --> Feb. 16:50 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 18:45 – 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