



Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen

KCSO – Nachrichten 03/19

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<- 14.03.2019

April 2019	
1	Mo
2	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
3	Mi
4	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
5	Fr
6	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
7	So
8	Mo
9	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
10	Mi
11	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr Karate Stammtisch (Ort wird im Training bekanntgegeben) ab 20:40 Uhr
12	Fr
13	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr Karate LG in Teisnach (siehe Ausschreibung)
14	So Karate LG in Teisnach (siehe Ausschreibung)
15	Mo
16	Di Osterferien (kein Training)
17	Mi
18	Do Osterferien (kein Training)
19	Fr
20	Sa Osterferien (kein Training)
21	So
22	Mo
23	Di Osterferien (kein Training)
24	Mi
25	Do Osterferien (kein Training)
26	Fr
27	Sa Osterferien (kein Training)
28	So
29	Mo
30	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr

Mai 2019	
1	Mi
2	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
3	Fr
4	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
5	So
6	Mo
7	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
8	Mi
9	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
10	Fr
11	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr Karate-LG + Feier 25.Jahre Okinawa-Karate München Ost Moosburger Karagames
12	So
13	Mo
14	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
15	Mi
16	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr
17	Fr
18	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
19	So
20	Mo
21	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
22	Mi
23	Do ## Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Kobudo Training ab 14 Jahre 20:15-21:00 Uhr Karate Stammtisch (Ort wird im Training bekanntgegeben) ab 20:40 Uhr
24	Fr
25	Sa Karatetraining Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
26	So
27	Mo
28	Di ** Karatetraining Realschulturnhalle ab 17:30 Uhr
29	Mi
30	Do Feiertag (kein Training)
31	Fr

Realschulturnhalle Osterhofen, Seewiesen 10

Dienstag

Jugend & Erwachsene ab weißgelb
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 gelb (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 18:45 – 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
Erwachsene ab weiß1 (ab 18 Jahre) 09:00 - 09:45 Uhr

Kinder ab gelb (5 - 8 Jahre) 09:45 - 10:30 Uhr -> April 9:30-10:45 Uhr.
Schüler ab weiß-gelb (9-13 Jahre) 09:45 - 10:30 Uhr -> April 9:30-10:45 Uhr.