



# KCSO – Nachrichten 03/22

Mitteilungsblatt des Karate Club Seibukan e.V. Osterhofen

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<- 24.03.2022**

April 2022	
1	Fr
2	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
3	So
4	Mo
5	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
6	Mi
7	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr
8	Fr
9	Sa >>> kein Training BKB Tag in Ingolstadt Trainerfortbildung
10	So
11	Mo
12	Di Osterferien (kein Training)
13	Mi
14	Do Osterferien (kein Training)
15	Fr
16	Sa Osterferien (kein Training)
17	So
18	Mo
19	Di Osterferien (kein Training)
20	Mi
21	Do Osterferien (kein Training)
22	Fr
23	Sa Osterferien (kein Training)
24	So
25	Mo
26	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
27	Mi
28	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr Budostammtisch ab 20:30 Uhr (Info per WhatsApp)
29	Fr
30	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr

Mai 2022	
1	So
2	Mo
3	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
4	Mi
5	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr
6	Fr
7	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
8	So
9	Mo
10	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
11	Mi
12	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr
13	Fr
14	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
15	So
16	Mo
17	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
18	Mi
19	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr Budostammtisch ab 20:30 Uhr (Info per WhatsApp)
20	Fr
21	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr ??? Moosburger Kara-Games in Moosburg (siehe Ausschreibung)
22	So
23	Mo
24	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
25	Mi
26	Do Feiertag (kein Training)
27	Fr
28	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
29	So
30	Mo
31	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20

## Trainingsort : Dienstag & Donnerstag Markus-Stöger Halle Osterhofen, Seewiesen 16

### Dienstag

<b>**Dienstagstraining</b>
** Training, Schüler ab weiß, Jugend & Erwachsene ab weißgelb
Schüler ab orange (9-13 Jahre) 17:30-18:30 Uhr
Schüler Fortgeschrittene und Auswahl (9-13Jahre) 17:30-18:45 Uhr
Jugendliche <b>Neueinsteiger</b> (14 - 17 Jahre) 18:45 – 20:00 Uhr
Jugend ab weißgelb ( 14 - 17 Jahre 18:30 - 19:30 Uhr
Erwachsene ab gelb ( ab 18 Jahre ) 18:45 - 20:00 Uhr

### Donnerstag

<b>## Donnerstagstraining</b>
Kinder und Schüler <b>Neueinsteiger</b> 5 - 13 Jahre 17:00 - 17:50 Uhr
Kinder und Schüler weiß 0 (5 - 13 Jahre) 17:00 – 17:50 Uhr
Kinder & Schüler ab weißgelb, gelb, orange 5 - 12 Jahre 17:50 - 18:40 Uhr
Gesundheitssport <b>Neueinsteiger</b> ab etwa 40 Jahre 18:45 – 20:00 Uhr
\$\$ . Erwachsene weiß + weißgelb (18 - 50 Jahre) 18:45 – 20:00 Uhr
\$\$ . Gesundheitssport für Senioren Fortgeschrittene 18:45 – 20:00 Uhr

### && Kobudo Trainingsort: Dienstag Hallenbadturnhalle Osterhofen

Kobudo Training ab 14 Jahre (auch für Neueinsteiger) 20:20-21:20 Uhr

### Trainingsort: Samstag Hallenbadturnhalle Osterhofen, Seewiesen

Erwachsene ( ab 18 Jahre ) 09:00 - 09:45 Uhr
Jugend ab weiß1 (14 - 17 Jahre) 09:00 - 09:45 Uhr

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