



KCSO – Nachrichten 04/22

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<- 26.05.2022

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

Juli 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 SHR-Sommercamp in Abensberg ab 14 Jahre
9	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr ?? SHR-Sommercamp in Abensberg ab 14 Jahre
10	So SHR-Sommercamp in Abensberg ab 14 Jahre
11	Mo
12	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
13	Mi
14	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr
15	Fr
16	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
17	So
18	Mo
19	Di **Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:30 Uhr && Kobudotraining Hallenbad Turnhalle 20:20-21:20
20	Mi
21	Do ## Karatetraining Markus Stöger Halle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport ab 18:45 Uhr
22	Fr
23	Sa Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
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
31	So

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

Dienstag

**Dienstagstraining
** 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 Neueinsteiger (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

Donnerstagstraining
Kinder und Schüler Neueinsteiger 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 Neueinsteiger 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