



KCSO – Nachrichten 06/24

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: ->2<- 19.09.2024

Oktober 2024		
1	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30
2	Mi	
3	Do	Feiertag (kein Training) \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Realschul Turnalle
4	Fr	
5	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
6	So	
7	Mo	
8	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30 Selbst Verteidigungs Kurs für Frauen ab 14 Jahre in der Hallenbad Turnhalle (1.Stock) 20:20 - 21:20 Uhr
9	Mi	
10	Do	## Karatetraining ab 17:00 Uhr Realschul Turnalle \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Realschul Turnalle
11	Fr	
12	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
13	So	Mantelsonntag mit Infostand des KCSEV
14	Mo	
15	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30 Selbst Verteidigungs Kurs für Frauen ab 14 Jahre in der Hallenbad Turnhalle (1.Stock) 20:20 - 21:20 Uhr
16	Mi	
17	Do	## Karatetraining ab 17:00 Uhr Realschul Turnalle \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Realschul Turnalle
18	Fr	
19	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
20	So	
21	Mo	
22	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30 Selbst Verteidigungs Kurs für Frauen ab 14 Jahre in der Hallenbad Turnhalle (1.Stock) 20:20 - 21:20 Uhr
23	Mi	
24	Do	## Karatetraining ab 17:00 Uhr Realschul Turnalle \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Realschul Turnalle Budo Stammtisch ab 20:40 Uhr
25	Fr	
26	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
27	So	
28	Mo	
29	Di	Herbstferien (kein Training)
30	Mi	
31	Do	Herbstferien (kein Training)

November 2024		
1	Fr	Allerheiligen
2	Sa	Herbstferien (kein Training)
3	So	
4	Mo	
5	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30
6	Mi	
7	Do	## Karatetraining ab 17:00 Uhr Realschul Turnalle \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Realschul Turnalle
8	Fr	
9	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
10	So	
11	Mo	
12	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30
13	Mi	
14	Do	## Karatetraining ab 17:00 Uhr Realschul Turnalle \$\$ Gesundheitssport ab 19:00 Uhr Realschul Turnalle
15	Fr	
16	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
17	So	
18	Mo	
19	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30
20	Mi	
21	Do	## Karatetraining Realschul Turnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport Realschul Turnhalle ab 19:00 Uhr
22	Fr	
23	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr
24	So	
25	Mo	
26	Di	**Karatetraining Realschul Turnalle ab 17:45 Uhr & Kobudo Hallenbad Turnhalle 20:15-21:30
27	Mi	
29	Do	## Karatetraining Realschul Turnhalle ab 17:00 Uhr \$\$ Gesundheitssport Realschul Turnhalle ab 19:00 Uhr Budo Stammtisch ab 20:40 Uhr
29	Fr	
30	Sa	Training Hallenbad Turnhalle ab 9:00 Uhr

Dienstag Realschul Turnhalle

**Dienstagstraining
** Training, Schüler ab gelb, Jugend & Erwachsene ab weißgelb
Schüler RS Halle (9-13 Jahre) 17:45-19:00 Uhr
Jugendliche RS Halle (14 - 17 Jahre) 19:00 - 20:15 Uhr
Jugendliche Neueinsteiger RS Halle (14 - 17 Jahre) 19:00 - 20:00 Uhr
Erwachsene RS Halle ab gelb (ab 18 Jahre) 19:00 - 20:15 Uhr
Erwachsene Neueinsteiger RS Halle (ab 18 Jahre) 19:00 - 20:00 Uhr

Donnerstag Realschul Turnhalle

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 5 - 12 Jahre 18:00 - 18:50 Uhr
Gesundheitssport Neueinsteiger ab etwa 40 Jahre 19:00 - 20 Uhr
\$\$ Erwachsene weiß + weißgelb (18 - 50 Jahre) 19:00 - 20.15 Uhr
\$\$ Gesundheitssport für Senioren Fortgeschrittene 19:00 - 20.15 Uhr

Trainingsort Hallenbad Turnhalle

Trainingsort: Samstag Hallenbadturnhalle Osterhofen, Seewiesen	&& Kobudo Trainingsort: Dienstag Hallenbadturnhalle Osterhofen Kobudo Training ab 14 Jahre (auch für Neueinsteiger) 20:15 - 21:15 Uhr
Jugend ab weiß-gelb (14 - 17 Jahre) 09:00 - 09:45 Uhr	Kinder ab gelb (5 - 8 Jahre) 09:45 - 10:30 Uhr
Erwachsene ab weiß-gelb (ab 18 Jahre) 09:00 - 09:45 Uhr	Schüler ab gelb (9-13 Jahre) 09:45 - 10:30 Uhr