

TRAININGSPLAN

Zentral Dojo



Tag	Uhrzeit	Art des Unterrichts	Trainingsort
Mo	17:45 - 19:00	Qi Gong / Taiji	NORDBAD
	19:00 - 20:15	Karate + Anfänger	NORDBAD
	20:15 - 21:30	Karate-Kata für Fortgeschrittene	NORDBAD
	21:30 - 22:30	Meditation und Gespräche	NORDBAD
Di	15:00 - 18:00	Training nach Vereinbarung	LEON. 29
	19:00 - 20:15	Kung Fu	NORDBAD
	20:15 - 21:30	Karate + Anfänger	NORDBAD
	21:30 - 22:30	Meditation und Gespräche	NORDBAD
Mi	10:00 - 11:00	Taiji nach Vereinbarung	PRINZENPARK
	17:00 - 18:30	Kobudo (Stock- u. Waffenformen)	LEON. 12
	18:30 - 20:00	Karate	LEON. 12
	20:00 - 21:30	Taiji / Qi Gong nach Vereinbarung	LEON. 12
Do	17:30 - 18:45	Selbstverteidigung nach Vereinbarung	NORDBAD
	18:45 - 20:15	Aikido	NORDBAD
	20:15 - 21:30	Karate + Anfänger	NORDBAD
	21:30 - 22:30	Meditation und Gespräche	NORDBAD
Fr	10:00 - 11:00	Taiji nach Vereinbarung	PRINZENPARK
	15:45 - 16:45	Karate Kids + Anfänger	LEON. 29
	16:45 - 17:45	Karate Kids Fortgeschrittene	LEON. 29
	17:45 - 19:00	Karate	LEON. 29
Sa	12:00 - 13:15	Iaido Araki Ryu (jap. Schwertkunst)	LEON. 29
	13:15 - 14:30	Kenshibudo (Schwert - Tanz)	LEON. 29

Detailanfahrten: [Nordbad, Bienroder Weg 70, 38106 Braunschweig](#)

[Leonhardstr. 29, 38102 Braunschweig](#)

[Leonhardstr. 12, 38102 Braunschweig](#)

- An Sonn- u. Feiertagen findet kein Training statt
- Ein Klick auf den Trainingsort führt zur Anfahrtsbeschreibung

Information:

Zentral-Dojo Braunschweig, +49 (0) 5331-85 65 193, +49 (0) 171-122 09 27, nobi@zentral-dojo.de

Ein Probetraining ist in allen Kursen jederzeit kostenlos möglich

Training nach Vereinbarung ist Einzelunterricht (Privattraining) oder es sind Kurse, die zu bestimmten Zeiten beginnen, und für die man sich jederzeit anmelden kann

Ferientrainingsplan

Der Ferientrainingsplan wird je nach Hallenverfügbarkeit bekannt gegeben !