



Tag	Uhrzeit	Art des Unterrichts	Trainingsort	
Mo	18:45	Selbstverteidigung / Jiu Jitsu	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	20:15	Karatedo	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
Di	15:45	Karate Kids 7 – 10 Jahre	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	16:45	Karate Kids 10 – 14 Jahre	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	20:00	Freikampf/Kumite für alle Gruppen *	<a href="#">PEENE 21</a>	<a href="#">Detailplan</a>
Mi	17:00	Kobudo	<a href="#">LEON. 12</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	18:15	Karatedo	<a href="#">LEON. 12</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	19:30	Kung Fu	<a href="#">LEON. 12</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	19:30	Taiji und Qi Gong	<a href="#">LEON. 12</a>	<a href="#">Detailplan</a>
Do	20:00	Einzeltraining mit Anmeldung **	<a href="#">PEENE 21</a>	<a href="#">Detailplan</a>
Fr	15:45	Karate Kids 7 – 10 Jahre	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	16:45	Karate Kids 10 – 14 Jahre	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	17:45	Karatedo	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
Sa	10:45	Kenshibudo	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>
	12:00	Iaido	<a href="#">LEON. 29</a>	<a href="#">Detailplan</a>

\* Geeignet für alle Trainer, Trainerinnen und Mitglieder des Zentral Dojo, egal aus welcher Gruppe. Es werden die wichtigsten Elemente des Freikampfs (Kumite, Randori) vermittelt. Dieses Training versteht sich als Ergänzung zu den bereits angebotenen Trainingsinhalten. Der Trainer verfügt über 50 Jahre Erfahrung im Freikampf und möchte euch gern daran teilhaben lassen. Eine Anmeldung dazu muss über mich erfolgen.

\*\* Geeignet für alle Mitglieder und Gruppen des Zentral Dojo. Beim Sensei kann hier Karatedo, Taiji, Iaido oder Kenshibudo gebucht werden. Es muss eine Anmeldung erfolgen. Sehr gut für alle Formen des Trainings geeignet, für den Wiedereinstieg, die Prüfungsvorbereitung etc. oder einfach so, weil es Freude bereitet zu trainieren. Es entstehen keine extra Kosten.

- An Sonn- u. Feiertagen findet kein Training statt
- Ein Klick auf Trainingsort (Google) und/oder Detailplan (grafische Darstellung) führt zur Anfahrtbeschreibung.

### Dojo/ Trainingsstätten:

[Leonhardstr. 29, 38102 Braunschweig](#), Parken ist kostenfrei vor der Halle möglich

[Leonhardstr. 12, 38102 Braunschweig](#), Parken ist kostenfrei neben der Halle möglich

[Peenestraße 21, 38120 Braunschweig](#), Das Training findet im Gymnastikraum der Sporthalle der Wilhelm-Bracke IGS in der Weststadt statt. Parkplätze gibt es direkt an der Halle. Bitte den Detailplan beachten. Bitte nicht zum Haupteingang der Schule und nicht zur Rheinring Sporthalle anfahren. Die Zufahrt zum Gymnastikraum ist von der Peenestraße zu erreichen.

### Information:

Zentral-Dojo Braunschweig, +49 (0) 171 - 122 09 27 [nobi@zentral-dojode](mailto:nobi@zentral-dojode)

Ein Probetraining ist in allen Kursen jederzeit kostenlos möglich. Ferientraining wird bekannt gegeben.