

Sommerferien - Trainingsplan 2022

im Zentral Dojo Braunschweig

in der Zeit ab Donnerstag, den 14.07. – einschl. Mittwoch, den 24.08.

Montag	18:45	Jiu Jitsu Selbstverteidigung	Leon 29
	20:15	Karatedo	Leon 29
Mittwoch	17:00	Kobudo	Prinzenpark
	18:15	Karatedo	Prinzenpark
	18:15	Taiji	Prinzenpark
	18:30	Kung Fu	Prinzenpark
Freitag	17:45	Karatedo	Leon 29
Samstag	10:45	Kenshibudo	Leon 29
	12:00	Iaido	Leon 29

Die beiden spezial Trainingseinheiten Freikampf/Kumite und Einzeltraining finden bei Bedarf statt und werden in den Dojo Chatgruppen angekündigt. Alle Mitglieder des Zentral Dojo können in den Sommerferien gern in allen Gruppen mittrainieren, auch in denen, die sonst nicht besucht werden. Falls dort Gegenstände benutzt und benötigt werden, dann meldet euch einfach kurz an, damit diese dann auch für euch bereit liegen. Ihr könnt auch gern in den Sommerferien Freunde, Bekannte und Familienmitglieder mit zum Training bringen. Falls ihr nicht verreist, versucht bitte oft zum Training zu kommen. Die Trainer, Trainerinnen und die Mittrainierenden freuen sich auf euch. Und das nicht nur in den Ferien.

Alles Gute und beste Gesundheit.

Nobi Foerster