

# TRAININGSZEITEN des Shotokan Karate Stade e. V.



## Montags:

1. In der Sporthalle der Friedrich-Fröbel-Schule (Lönsweg 2, 21680 Stade): hauptsächlich für Kinder aber offen für alle (**Soundkarate + Kindertraining**) von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr

## Dienstags:

In der Turnschule der Grundschule Campe:

(Parkmöglichkeiten: Brinkstr. 48, 21680 Stade)

2. Von 17.00 Uhr - 18.00 Uhr **Kinder und Jugendliche**

(auch für Erwachsene möglich)

3. Von 18.15 Uhr - 19.30 Uhr **Erwachsene und Jugendliche**

## Donnerstags:

4. In der Turnhalle der Hauptschule Thuner Straße (Thuner Str. 71, 21680 Stade): **Neue Saisonzeiten:**

**Kara-T-Robics** von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr (Sommersaison)

**Kara-T-Robics** von 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr (Winterersaison)

## Sonntags:

5. a) In der Einfeldhalle des Gymnasium Athenaeum in Stade (Harsefelder Str. 40, 21680 Stade). Von 14.00 - 15.00 Uhr. **Familientraining:** Kinder und Erwachsene trainieren zur gleichen Zeit.

5. b) Von 15.15 Uhr bis 16.15 Uhr fand ein freies Zusatztraining, hauptsächlich für die Oberstufe statt. **Neu:** Jetzt wird diese Zeit während der Corona-Krise als zweites Familientraining genutzt um die Anzahl der Teilnehmer zu entzerren.

5. c) **NEU!** Samstags: von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr: **Unterstufentraining,**

5. d) von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr: **Oberstufen-Training**