

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 Anfänger (**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, Jugendliche u. Erwachsene**

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

Donnerstags:

4. In der Turnhalle der Hauptschule Thuner Str. 71, 21680 Stade:

Kara-T-Robics + Selbstverteidigung von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr (Sommer-saison)

Kara-T-Robics + Selbstverteidigung von 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr (Winter-saison)

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 (Weiß bis Orangegurt) trainieren zur gleichen Zeit.

5. b) Von 15.15 Uhr bis 16.15 Uhr findet ein **Familientraining** für die Oberstufe ab Grüngurt statt.

Samstags:

6. **NEU!** Samstags: von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr: **Oberstufentraining mit Dan-Vorbereitung** in der Sporthalle des Athenaeums.