

# 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: Brinkstraße 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):

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

**Kara-T-Robics + Selbstverteidigung** 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr (im Winter)

## Samstags:

5. **Neu!** In der Einfeldhalle des Gymnasium Athenaeum in Stade (Harsefelder Str. 40, 21680 Stade) Von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr: **Oberstufentraining mit Dan-Vorbereitung**

## Sonntags:

6. In der Einfeldhalle des Gymnasium Athenaeum in Stade (Harsefelder Str. 40, 21680 Stade). Von 14.00 - 15.00 Uhr. **Familientraining:** Kinder und Erwachsene mit Graduierungen der verschiedenen Unter- Mittel- und Oberstufen trainieren zur gleichen Zeit.