

ETV-Karate Trainingsplan ab 11/2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag2	Donnerstag3	Freitag	Freitag2	Samstag	Sonntag
Hohe Weide, Gym2	Hohe Weide, Budo	Altonaer Straße	Hohe Weide, Budo	Hohe Weide, Gym2	Hohe Luft	Hohe Weide, Gym2	Hohe Weide, Budo	Hohe Weide, Gym 2	Hohe Weide, Gym 2
17.00-19.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17-18 Uhr		17.00-18.00	10.00-12.00	10.00-12.00
Kata ab Orange	Weiß	Weiß	Weiß	Weiß	Weiß		Weiß	Kumite	Freies Training
ab 18 Uhr in Gym 1	Gelb	Gelb	Gelb	Gelb	Gelb		Gelb	Malyar	
Finn-Luka	Hauke	Jannik & Bela	Elnara und	Finn-Luka	Andreas		Joyce/Klara		
18.00-19.00	18.00-19.30	18.00-19.15	18.00-19.15	18.00-19.15	18-19:10 Uhr	18.00-19.00			15.00-18.00
Kumite	Karate-Fitness	Orange	Kumite / Kata	Orange	Orange	Orange			Freies Training
bis 12 Jahre		Grün & Eltern Kind	bis 12 Jahre / ab Orange	bis Blau	bis Blau	Grün			
Malyar & Leander	Hauke	Jannik & Bela	Elnara und	Finn-Luka	Andreas, Marc & Leander	Joyce/Klara			
19.00-20.30	19.30-20.45	19.30-21.00		19.15-21.00 Uhr	19:10-20:40 Uhr	19.00-20.15			
Kumite	Kata Wettkampf	Erwachsene		Kata Wettkampf	Erwachsene	Jugend/Erwachsene			
ab 12 Jahre	ETV Team	alle Gurtstufen		ETV-Team	alle Gurtstufen	ab Blau			
Malyar		Ka Young / Jürgen			Andreas	Mario			
20.30-21.30						20.15-21.00			
Freies Training						Prüfung/Wettkampf-vorbereitung			
						Mario			

Tabelle 1 Pivot

	Spalten			
Zeilen	Werte			