

Trainingsweekend in Morschach 25.-27.08.2017



DATUM	UHRZEIT	Ort	Kyu Unterstufe	Kyu Oberstufe / Danträger	TEILNEHMER/INNEN
FR, 25.08.	20:00 Uhr gemeinsames Abendessen auf eigene Rechnung im Restaurant il gusto				
SA, 26.08.	Ab 7:00 Uhr individuelles (gemeinsames) Morgenessen im Restaurant Panorama				
	09.30 – 10.00	Dojo	Begrüssung / Eröffnung, Foto		Alle, auch Nicht-Karateka
	10.00 – 10.15	Dojo	Aufwärmen		Alle, auch Nicht-Karateka
	10.15 – 11.15	Dojo	Lektion 1	Lektion 1	Karateka
	11.15 – 12.00	Dojo	Lektion 2	Lektion 2	Karateka
	12:15 – 13:30 Uhr Individuelles (gemeinsames) Mittagessen				
	14.00 – 14.15	Dojo	Aufwärmen		Karateka
	14.15 – 16.00	Dojo	Lektion 3	Lektion 3	Karateka
	16.30 – 19.30	Bäder-Landschaft	Auszug aus dem Freizeitangebot: Sauna, Wellness, etc. (Zusatzkosten, siehe Preislisten vor Ort)		Gemäss Interesse
	20:00 Uhr gemeinsames Abendessen im Restaurant Panorama				
SO, 27.08.	Ab 7:00 Uhr individuelles (gemeinsames) Morgenessen im Restaurant Panorama				
	09.45 – 10.15	Dojo	Aufwärmen		Alle, auch Nicht-Karateka
	10.15 – 11.15	Dojo	Lektion 4	Lektion 4	Alle, auch Nicht-Karateka
	11.15 – 12.15	Dojo	Lektion 5	Lektion 5	Karateka
	12.15 – 12.30	Dojo	Austurnen, Schluss, Foto		Alle, auch Nicht-Karateka
	Ab 13:00 Uhr Individuelles (gemeinsames) Mittagessen				

Dojo = Turnhalle im Swiss Holiday Park <http://www.swissholidaypark.ch>

Organisation: Martin Dudle & Carola Pfeifer