



### Trainingszeiten gültig ab November 2009

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
<b>09:30 – 10:45</b> Allgemeines Training alle Grade <u>Schule FB</u> (Meyer/B.Rösch)	<b>15:00 – 16:30</b> Kinder „Bonsai“ <u>Sporthalle FB</u> (D. Montalbano/ M.Gökalp)	<b>20:00 – 21:30</b> Kata Erwachsene Unter-/Oberstufe <u>Sporthalle FB</u> (Gökalp/Löser)	<b>17:30 – 19:00</b> Wettkampftraining <u>Schule FB</u> (Matt) <b>19:15 – 20:30</b> Anfängerkurs Erwachsene & Jugend <u>Schule FB</u> (C.Montalbano)	<b>16:30 – 17:30</b> Kinder Unter-/Ober- stufe <u>Sporthalle FB</u> (Morenne/Meyer) <b>17:00 – 18:30</b> Wettkampftraining Kata bis 6.Kyu <u>Schule FB</u> (C.Montalbano) <b>17:30 – 18:30</b> Junge Weissgurte <u>Sporthalle FB</u> (Meyer) <b>18:30 – 20:00</b> Wettkampftraining Kata ab 5.Kyu <u>Schule FB</u> (C.Montalbano)	<b>10:00 – 11:00</b> Power-Karate ab 5.Kyu <u>Schule FB</u> (C. Gökalp)