

Stundenplan Goju Kan Bern ab 20. Februar 2023

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		
grosser Dojo	kleiner Dojo	grosser Dojo	kleiner Dojo	grosser Dojo	kleiner Dojo	grosser Dojo	kleiner Dojo	grosser Dojo	kleiner Dojo	grosser Dojo	kleiner Dojo	
					Taiji Qigong 09.05-10.05 MG		Taiji Qigong 09.05-10.05 MG			Karate Wettkämpfer 11.00-12.30 EG	Kungfu Kinder weiss-orange 11.00-12.00 ab halbgrün bis 12.30 EGr	
Reserviert Krav Maga Uni Bern 12.15-13.15			Qigong 12.15-13.00 EG			Training Taktvoll 10.30-12.00 NH						
					Kungfu Kinder 15.30-16.30 DJ/Egr						Schulleitung Golowin Monika (MG) Golowin Erik (EG) Trainerinnen/Trainer Berger Doris (DB) Emmenegger Nuria (NE) Golowin Aurelia (AG) Grebenarov Elena (EGr) Haude Regina (RH) Hofmann Verena (VH) Hostettler Niklaus (NH) Jacob Dayna (DJ) Sancar Mahir (MS) Stucki Monika (MSt) Wegmüller Jan (JW) Wicki Peter (PW) Wyss Hans Peter (HW) EFK = Einführungskurs	
Reserviert Kungfu Uni Bern 16.45-17.45					Karate Kinder 16.45-17.45 MG/EG				Karate Kinder 16.45-17.45 EG/MG/MSt			
Karate 18.00-19.25 DB		Kickboxen 18.00-19.30 VH/NE/MS	Taiji + Bagua 18.00-19.00 div. Unterrichtende	Krav Maga 18.00-19.00 EG/AG	Kungfu 18.00-19.00 EGr	Taiji 18.00-19.00 EG/MG	Krav Maga 18.00-19.00 AG	Karate 18.00-19.30 EG/PW		Kickboxen 18.30-20.00 JW/VH		
Krav Maga 19.30-20.30 AG/NH/EG	Taiji Qigong 19.10-20.30 RH/EGr/EG	Kickboxen Wettkampf- training 19.30-20.25 VH/MS	Karate Spezial- training 19.05-20.05 EG	Kickboxen 19.05-20.15 VH/EG/NE	Karate 19.15-20.30 EG/PW	Kungfu 19.10-20.10 EG	Schwert 19.15-20.15 MG/HW	Kungfu 19.30-21.00 EG/EGr				
Reserviert Taktvoll 20.45-21.45			Fächer 20.05-21.05 EGr									

WICHTIG: VOR JEDEM TRAINING FÜSSE WASCHEN!



Im Karate werden Kinder und Jugendliche nach den Grundsätzen von Jugend+Sport unterrichtet und durch ausgewiesene Trainer, die sich stetig weiterbilden, betreut.