

KARATE SCHULE
SKD TSUNAMI KÖLN
Ober Buschweg 14
50999 Köln (Sürth)

Aktuelle Infos auf der Homepage: www.shotokan-koeln.de

Kontakt: Jörg Reuß Mobil: 01575 5661785 / Email: reuss.joerg@googlemail.com

Bitte nicht während der Trainingszeiten anrufen!

TRAININGSZEITEN 2020

Karate Kinder

(Kein Kindertraining in den NRW-Schulferien!)

Kinder *Gruppe I		Mo & Mi	16:15 – 17:00 Uhr	je 45 Min
Kinder *Gruppe II	NEU	Mo & Mi	17:00 – 17:45 Uhr	je 45 Min

**Eingruppierung durch den Sensei!*

Karate Erwachsene & Jugendliche

Unterstufe/Anfänger		Di & Do	18:00 – 19:00 Uhr	je 60 Min
Kata 1 – 5	NEU	dienstags	19:00 – 19:30 Uhr	30 Min
Mittel- & Oberstufe		Di & Do	19:30 – 20:30 Uhr	je 60 Min
Kata Sentei	NEU	donnerstags	19:00 – 19:30 Uhr	30 Min

Zusatzangebot

Mixed Martial Arts fitness

stand up fight (Jugend & Erwachsene)		Mo & Mi	18:00 - 19:00 Uhr	je 60 Mi
--------------------------------------	--	---------	-------------------	----------