

Trainingslager - Wagrain 2025										
	Zeit	Halle 1			Halle 2			Halle 3		
Donnerstag	15.00 -16:00	Eröffnung und Gemeinsames Aufwärmen - Kurti								
Nachmittag	16.00 -17.00	Ab gelb	Kihon	Christoph				Prüflinge	Kihon / Jiyu Ippon Kumite	Mike
17-Juli	17.00 -18.00	Prüflinge	Enpi	Georg	Prüflinge	Jion & Kanku Dai	Kurti	Prüflinge	Kata: Meikyo, Bassai Sho	Mike
freie Abendgestaltung										
Freitag	07.00 -07.45	Morgensport - Waltraud								
Vormittag	09.30 -10.45	Ab gelb	Heian Shodan + Nidan	Christoph	Ab grün	Bassai Dai	Georg	ab Violett	GSS 1. Teil	Kurti
18-Juli	10.45 -12.00	Ab orange	Partnertraining	Georg	Campteilnehmer	Selbstverteidigung	Mike	Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	Alisa
Mittagspause										
Freitag	14.15 -15.30	Ab gelb	Heian Sandan	Kurti	ab blau	Jion	Georg	ab braun	Kanku Dai	Christoph
Nachmittag	15.30 -16.45	alle Graduierungen	Kumite - für Anfänger	Alisa				Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	Mike
	16:45 -18.00				ab braun	GSD 1. Teil	Christoph			
	Ab 19.00				„Strong“		Waltraud			
Samstag	07.00 -07.45	Morgensport - Waltraud								
Vormittag	09.30 -10.45	Ab gelb	Heian Nidan	Kurti	ab blau	Enpi 1. Teil	Georg	ab braun	GSD 2. Teil	Christoph
19-Juli	10.45 -12.00	alle Graduierungen	Beintechniken	Mike	Campteilnehmer	„Rückenfit“	Waltraud	Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	Ailsa
Mittagspause										
Samstag	14.15 -15.30	Ab grün	Kumite - Blocken	Mike	ab braun	Gankaku 1. Teil	Christoph	Kumite Wettkämpfer oder ab braun	Kumite	Ailsa
Nachmittag	15.30 -16.45	Ab gelb	Heian Godan	Georg				ab Violett	GSS 2. Teil	Kurti
Nachmittag	19:00	Gürtelprüfung								
Sonntag	07.00 -07.45	Morgensport - Waltraud								
Vormittag	09.30 -10.45	alle Graduierungen	Kumite - für Anfänger	Mike	ab blau	Enpi 2. Teil	Georg	Kumite Wettkämpfer oder ab violett	Kumite	Alisa
20-Juli	10.45 -12.00				ab braun	Gankaku 2. Teil	Christoph			
Mittagspause										
Sonntag	13.30 - 16.00	bei Schönwetter - Badenachmittag 12:45 Abmarsch - Baden 13:30 bis 15:30 Uhr								
Nachmittag	17:00 -18.00	Für alle und Campteilnehmer			„Line Dance“ mit Erika & Sandra					
		Grillabend und Lagerfeuer								
Montag	07.00 -07.45	Kein Morgensport - 😊😊😊								
Vormittag	10.00 -11.15	alle Sportler			Kata Wiederholungen			Kurti		
21-Juli	ca.12:00	Mittagspause								
	13:00	Ende und aus..... bis 2026								