

Trainingsplan 25 Jahre Budokan Landeslehrgang Bayern Vak e.V.

Samstag						Kindergruppe	
	Halle 1		Halle 2			Halle 3	
12.30 Uhr	Begrüßung, Harai-No-Gi, Aufwärmen						
13- 13.55 Uhr	Wolfgang	Aikijitsu mit Hanbo	Uwe, Rolf	Karate-Do	13 - 13.50 Uhr	Amedeo, Martin	Taekwondo
14- 14.55 Uhr	Günther, Monika	Jiu-Jitsu	Amedeo, Martin	Taekwondo	14 - 14.50 Uhr	Uwe, Rolf	Karate-Do
15- 15.55 Uhr	Wolfgang	Aikijitsu mit Hanbo	Amedeo, Martin	Taekwondo	15 - 15.55 Uhr	Rudi	Ido
16- 16.55 Uhr	Rudi	Ido	Uwe, Rolf	Karate-Do	16.00 Uhr	Ende Kinder	
ab 19.00 Uhr	Buffett im Dojo Budokan						
	Sonntag						
	Halle 1		Halle 2			Halle 3	
10- 11.00 Uhr	Mike, Jean-Pierre	Aikijitsu	Rudi	Ido			
11.00- 12.00 Uhr	Günther, Monika	Jiu-Jitsu	Mike, Jean-Pierre	Aikijitsu			
12.00- 13.00 Uhr	Wolfgang	laido	Wolfgang	laido			
13.00 Uhr	Osame-No-Gi, Verabschiedung						

Gruppe 1

Gruppe 2

Unsere Sensei:

Wolfgang Wimmer, 6. DAN Aikijitsu, 5. DAN laido
 Amedeo Pastore, 5. DAN Taekwondo
 Uwe Widmer, 6. DAN Karate-Do
 Günther Engelhard, 2. DAN Jiu-Jitsu
 Mike Brauer, 4. DAN Jiu-Jitsu

Rudi Gabert, 8. DAN Jiu-Jitsu, Ido
 Martin Mittermeier, 3. DAN Taekwondo
 Jean-Pierre Artige, 3. DAN Aikijitsu
 Rolf Gerisch, 4. DAN Karate-Do

Lehrgangsgebühren:	
2 Tage VAK e.V.	20,00
2 Tage andere	25,00
1 Tag VAK	12,50
1 Tag andere	15,00
Kinder Budokan	10,00

Ansprechpartner: alle Budoka mit diesem Zeichen
haumuellerthomas@web.de

