

Jahrestrainingsplan (Erklärung der TE anbei)

		1. Teil	2. Teil	3. Teil	4. teil
20.01.11	Do	Wieder.Kihon	Kumite		
21.01.11	Fr	Wieder.Kihon	Kumite		
23.01.11	So	Wieder.Kihon	Kumite	Kihon	
26.01.11	Do	Wieder.Kihon	Kata	Bunkai	
27.01.11	Fr	Wieder.Kihon	Kata	Bunkai	
30.01.11	So	Wieder.Kihon	Kata	Bunkai	
03.02.11	Do	Wieder.Kihon	Kumite	SV (lt. Prüf.Prog.	
04.02.11	Fr	Wieder.Kihon	Kumite	SV (lt. Prüf.Prog.	
06.02.11	So	Wieder.Kihon	Kihon		
10.02.11	Do	Wieder.Kihon	Kihon		
11.02.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon		
13.02.11	So	Wieder.Kihon	Kata	SV (lt. Prüf.Prog.	
17.02.11	Do	Wieder.Kihon	Kata	SV (lt. Prüf.Prog.	
18.02.11	Fr	Wieder.Kihon	Kata		
20.02.11	So	Wieder.Kihon	Kata		
24.02.11	Do	Wieder.Kihon	Kihon		
25.02.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon		
27.02.11	So	Wieder.Kihon	Kyusho	Bodenkampf	
03.03.11	Do	Wieder.Kihon	Bunkai		
04.03.11	Fr	Wieder.Kihon	Bunkai		
06.03.11	So	Wieder.Kihon	Bunkai	Kata	
10.03.11	Do	Wieder.Kihon	Kumite		
11.03.11	Fr	Wieder.Kihon	Kumite		
13.03.11	So	Wieder.Kihon	Kata	Bunkai	Kyusho
17.03.11	Do	Wieder.Kihon	Kihon		
18.03.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon		
20.03.11	So	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
24.03.11	Do	Wieder.Kihon	Bodenkampf	SV (lt. Prüf.Prog.	
25.03.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon		
27.03.11	So	Wieder.Kihon	Prüfungsvorbereitungstraining		
31.03.11	Do	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
01.04.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
03.04.11	So	Wieder.Kihon	Prüfungsvorbereitungstraining		
07.04.11	Do	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
08.04.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
10.04.11	So	Wieder.Kihon	Prüfungsvorbereitungstraining		
14.04.11	Do	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
15.04.11	Fr	Wieder.Kihon	Kihon	Kata	Bunkai
16.04.11	Sa		Prüfung		