

SC SHIN DO KAN - JU JITSU

TRAINING 4. QUARTAL 2020

Dienstag 19 ⁰⁰ - 20 ³⁰ Uhr	
Datum	Schwerpunkt
6. Okt 20	Selbstverteidigung Teil 1
13. Okt 20	Selbstverteidigung Teil 2
20. Okt 20	Kontaktangriffe Teil 1
27. Okt 20	Kontaktangriffe Teil 2
3. Nov 20	Würfe Teil 1
10. Nov 20	Würfe Teil 2
17. Nov 20	Prüfungsvorbereitungen Teil 1
24. Nov 20	Prüfungsvorbereitungen Teil 2
1. Dez 20	Prüfungsvorbereitungen Teil 3
8. Dez 20	Prüfung
15. Dez 20	Gemeinsames Training JJ Kids/Erw
22. Dez 20	Randori Training
29. Dez 20	Kein Training

Donnerstag 20 ³⁰ - 22 ⁰⁰ Uhr	
Datum	Schwerpunkt
1. Okt 20	"freies" Training
8. Okt 20	"freies" Training
15. Okt 20	"freies" Training
22. Okt 20	"freies" Training
29. Okt 20	"freies" Training
5. Nov 20	"freies" Training
12. Nov 20	"freies" Training
19. Nov 20	"freies" Training
26. Nov 20	"freies" Training
3. Dez 20	"freies" Training
10. Dez 20	"freies" Training
17. Dez 20	"freies" Training
24. Dez 20	Weihnachten
31. Dez 20	Neujahr

VORANZEIGE	
➤ 31. Okt 20	Dan Prüfungen in Männedorf mit SDK Beteiligung