

TRAININGSPLAN BZL COTTBUS 18.-19.09.2021

SAMSTAG, 18.09.21

Eröffnung 10:00-10:30 Uhr im Außenbereich mit Taiko - Ende 18.00 Uhr - gemeinsames Abendessen ab 19 Uhr - Betreuung aller Flächen durch Shihan H.-D. Rauscher

	Mattenfläche Halle	Fläche 1 Halle	Fläche 2 Halle	Fläche 3 Halle	Außengelände	Nebenhalle Fläche 1	Nebenhalle Fläche 2
10.30-11.45 Uhr	Jiu-Jitsu Wiśniewski Sensei Jahreis Sensei Städter Sensei	Karate Kihon Lotze-Leoni Sensei Leoni Sensei	Shaolin Kempo Naß Sensei	Combat Arnis Kehl Sensei Y. Kehl Sensei	HEMA Schulze Sensei Bo Jutsu Rönicke Sensei	Iaido Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei
11.45-12.00 Uhr	Pause/ Wechsel						
12.00-13.15 Uhr	Jiu-Jitsu Wiśniewski Sensei Jahreis Sensei Städter Sensei	Karate Kata Kehl Sensei Herold Sensei	Shaolin Kempo Naß Sensei	Bo Jutsu Rönicke Sensei	HEMA Schulze Sensei	Iaido Christine Rauscher Sensei Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei
13.15-13.30 Uhr	Pause/ Wechsel						
13.30-14.00 Uhr	Mondo mit Christine Sensei						
14.00-14.15 Uhr	Pause/ Wechsel						
14.15-15.30 Uhr	Judo Kaun Sensei	Karate Kata Kehl Sensei Herold Sensei	Shaolin Kempo Naß Sensei	Kobudo Lotze-Leoni Sensei	Bo Jutsu Rönicke Sensei	Iaido Christine Rauscher Sensei Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei
15.30-15.45 Uhr	Pause / Wechsel						
15.45-16.45 Uhr	Jiu-Jitsu Wiśniewski Sensei Jahreis Sensei Städter Sensei	Karate Kampf/ Full Contact Lotze-Leoni Sensei Leoni Sensei	Shaolin Kempo Naß Sensei	Combat Arnis Kehl Sensei Y. Kehl Sensei	HEMA Schulze Sensei	Iaido Christine Rauscher Sensei Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei
16.45-17.00 Uhr	Pause/ Wechsel						
17.00-18.00 Uhr	Judo Kaun Sensei	Karate Kata Kehl Sensei Herold Sensei		Bo Jutsu Rönicke Sensei	HEMA Schulze Sensei Kobudo Lotze-Leoni Sensei	Iaido Christine Rauscher Sensei Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei

SONNTAG

Beginn 09.00 Uhr - Ende 14.00 Uhr

	Mattenfläche Halle	Fläche 1 Halle	Fläche 2 Halle	Fläche 3 Halle	Außengelände	Nebenhalle Fläche 1	Nebenhalle Fläche 2
09.00-10.15 Uhr	Jiu-Jitsu Wiśniewski Sensei Jahreis Sensei Städter Sensei	Karate Kata Kehl Sensei Herold Sensei	Shaolin Kempo Naß Sensei	Combat Arnis Rönicke Sensei	Tai-Chi Lotze-Leoni Sensei	Iaido Christine Rauscher Sensei Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei
10.15-10.30 Uhr	Pause/ Wechsel						
10.30-11.45 Uhr	Jiu-Jitsu Wiśniewski Sensei Jahreis Sensei Städter Sensei	Karate Kampf/ Full Contact Lotze-Leoni Sensei Leoni Sensei	Shaolin Kempo Naß Sensei	Bo Jutsu Rönicke Sensei	Combat Arnis Kehl Sensei Y. Kehl Sensei HEMA Schulze Sensei	Iaido Christine Rauscher Sensei Dr. Bock Sensei	Kendo Conrad Sensei
11.45-12.00 Uhr	Pause/ Wechsel						
12.00-12.45 Uhr	<i>Prüfungen</i>	<i>Prüfungen</i>		<i>Prüfungen</i>	HEMA Schulze Sensei	<i>Prüfungen</i>	Kendo Conrad Sensei
12.45-13.00 Uhr	Pause/ Wechsel						
13.00-14.00 Uhr		Prüfungen oder Einzeltrainings (bitte Hygieneregeln beachten)					