



# Stundenplan im Shûdôin Honbû Dôjô

## 修道院流派本部空手道場

A B T E I  
K Ö N I G S  
M Ü N S T E R  
M E S C H E D E

Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag Samstag

### Karate

16:30-17:30  
Kinder  
Kata, Kihon

16:30-17:30  
Kinder  
Kata, Kihon

16:30-17:30  
Kinder  
Kumite

16:30-17:30  
Kinder  
Kumite

17:30-19:00  
Jugend ab  
5.Kyû

17:30-19:00  
Jugend  
Kata, Kihon

20:00-21:30  
Erwachsene  
Kumite

17:30-19:00  
Jugend  
Kumite

20:00-21:30  
Erwachsene  
Kata, Kihon

10:30-13:00  
Freies Training  
für alle

### Iaidô Genkô Nito Ryû Kobudô

18:00-19:30  
Iaidô  
Genko Nito Ryû  
Kobudô

10:30-13:00  
Freies Training  
für alle

### Yoga

19:30-21:00  
Yoga

19:00-20:30  
Yoga

19:00-20:30  
Yoga