

Trainingszeiten Dojo Stansstad



Karate Pre: 5-9 Jahre Karate Junior: 10-15 Jahre Karate Erwachsene: ab 16 Jahre

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		08.00-09.00 Uhr * Qi Gong		
		Unregelmässig, auf Anfrage: 09.15-10.15 Uhr Karate Erwachsene alle		
				16.30-17.30 Uhr ** Karate Pre (5-9 J.)
		17.30-18.30 Uhr * Karate Pre (5-9 J.) Junior Weissgurte	17.30-18.30 Uhr * Karate Pre (5-9 J.) Junior Weissgurte	17.45-19.00 Uhr ** Karate Junioren (10-15 J.) Pre Gelbgurte
18.00-19.00 Uhr Thai-Kick-Box	18.00-19.00 Uhr Thai-Kick-Box	18.45-20.00 Uhr Karate Erwachsene ab 8. Level	19.00-20.00 Uhr Tai Chi / Qi Gong	19.15-20.30 Uhr Karate Erwachsene alle Junioren ab Orangegurt
	20.30-21.30 Uhr Spezial-Training (siehe separates Programm)	20.20-21.35 Uhr Thai-Kick-Box	20.20-21.35 Uhr Thai-Kick-Box	

In den Nidwaldner Schulferien gibt es ein separates Trainingsprogramm

* In den Nidwaldner Schulferien, sowie ges. Feiertagen fallen diese Kurse aus.

** In den Nidwaldner Schulferien, sowie ges. Feiertagen findet am Freitag eine gemeinsame Kinderklasse statt (17.45–19.00Uhr).

Samstags-Trainings gemäss separatem Programm