



Karate Dojo Ochi Hennef e.V.

Mitglied im Deutschen JKA-Karate Bund und LSB

Dojoleitung:

Theo Schlößer, Klevstr. 19, 53840 Troisdorf,

Tel: 0177 – 55 393 54, theo.schloesser@arcor.de

Internet: www.ochi-hennef.de

Trainingszeiten

ab Mittwoch, dem 10. Januar 2022

(aktuelle Änderungen siehe Homepage)

Montag

18:00 bis 19:15 Uhr
19:15 bis 20:00 Uhr

Kinder / Jugend
Kinder / Jugend – Intensivtraining (auf Einladung)

Kath. GS Am Kuckuck
Kath. GS Am Kuckuck

Dienstag

18:00 – 19:15 Uhr
18:00 – 19:15 Uhr
18:00 – 19:00 Uhr
18:00 – 19:00 Uhr
19:15 – 20:30 Uhr

Unterstufe – Kinder (bis Orangegurt)
Unter-/Mittelstufe – Erwachsene (Kinder ab Grüngurt)
Anfängerkurs Kinder – ab 22.03.2022
Anfängerkurs Jugendliche & Erwachsene – ab 22.03.2022
Oberstufe

Mehrzweckhalle Meiersheide
Mehrzweckhalle Meiersheide
Mehrzweckhalle Meiersheide
Mehrzweckhalle Meiersheide
Mehrzweckhalle Meiersheide

Mittwoch

18:00 bis 19:00 Uhr
19:00 bis 19:45 Uhr

Kata – Alle Gruppen
Kata – Oberstufe

Kath. GS Am Kuckuck
Kath. GS Am Kuckuck

Donnerstag

18:00 bis 19:15 Uhr
18:00 bis 19:15 Uhr
19:15 bis 19:45 Uhr

Unterstufe (Kinder bis gelb Extragruppe)
Mittel- und Oberstufe gemeinsam
Oberstufe allein (Teilnahme ab 18 Uhr!)

Mehrzweckhalle Meiersheide
Mehrzweckhalle Meiersheide
Mehrzweckhalle Meiersheide

Freitag

19:15 bis 20:30 Uhr

Leistungsgruppe (Teilnahme nur auf Einladung)

Gesamtschule West
Fritz-Jacobi-Straße 10

Samstag

11:00 bis 12:30 Uhr

Alle Gruppen gemeinsam (auch Anfänger und Unterstufe)

Dreifachhalle Meiersheide

OSS!

Es ist wichtig, dass die Kinder (mindestens) zweimal in der Woche zum Training erscheinen! Grüngurte (6. Kyu) sollten abwechselnd in der Mittel- und der Oberstufe trainieren. Unterstufe = weißer und gelber Gurt / Mittelstufe = Orange- bis Grüngurt / Oberstufe = ab Violett.
