



36. Budo-Sommerschule

Niedersächsisches Dan-Kollegium e.V.



Verband für Budo Sportarten

Hössensportzentrum Westerstede

Frühschwimmen von 6:30 - 8:00

Freitag	Matte 1	Matte 2	Matte 3	Vorhalle	Außenanlage
7:30 8:00					Guten Morgen Gymnastik Gerhard Schmitt
8:00	Frühstück				
9:20 9:40	<u>Aufwärmen</u> Gerhard Schmitt	<u>Aufwärmen</u> Gerhard Schmitt	<u>Aufwärmen</u> Gerhard Schmitt		
9:45 11:00	Alle Trainer - Gruppenarbeit				
11:10 12:00	Präsentation Kata etc.				
12:00	Verabschiedung durch die Präsidentin Regina Intemann				
12:15	Mattenabbau				
12:30	Mittagessen			Abreise der Teilnehmer	