



37. Budo-Sommerschule

Niedersächsisches Dan-Kollegium e.V.
Verband für Budo Sportarten



	Matte 1	Matte 2	Matte 3	Vorhalle	Außenanlage
	Dienstag				Frühschwimmen von 6:30 - 8:00
					Guten Morgen Gymnastik von 7:30 - 8:00
8:00	Frühstück				
9:00	Aufwärmen		Tai-Chi		
9:30	Nihon Tai Jitsu Anfänger	Aikido	Judo		Sportabzeichen
11:00	Jiu-Jitsu Fortgeschrittene	Aikido	Sambo		Sportabzeichen
12:30	Mittagessen				
14:00	Aufwärmen		Tai-Chi		
14:30	Sambo	Kata	Ju-Jutsu Anfänger	Thai-Boxen	Bogenschießen
16:00	Sambo	Kata	Judo		Bogenschießen
18:00	Vesper / Abendessen				
19:00	Wunsch- Programm	Savate			