



37. Budo-Sommerschule

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



Matte 1

Matte 2

Matte 3

Vorhalle

Außenanlage

Donnerstag

Frühschwimmen
von 6:30 - 8:00

Guten Morgen
Gymnastik
von 7:30 - 8:00

8:00

Frühstück

9:00

Aufwärmen

Tai-Chi

9:30

Aikido

Judo

Sambo

Thai-Boxen

Sportabzeichen

11:00

Kata

Kata

Wunsch

Savate

Sportabzeichen

12:30

Mittagessen

14:00

Aufwärmen

Tai-Chi

14:30

Aikido

Kata

Ju-Jitsu

Bogenschießen

16:00

Aikido

Kata

Wunsch

Bogenschießen

18:00

Vesper / Abendessen

19:00

Prüfungen / freies Training