



Niedersächsisches Dan-Kollegium e.V.

Verband für Budo Sportarten



Di

Frühschwimmen von 6:30 - 8:00

Matte 1 Matte 2 Matte 3 Außenanlage

7:30 8:00

Morgen Gymnastik

Gerhard Schmitt

7:30 9:00

Frühstück

9:00 9:15

Aufwärmen

Gerhard Schmitt

9:15 10:45

Nihon Tai-Jitsu

Aikido

Judo

Fortgeschrittene

Gerhard Schmitt

Louis Drolshagen

Hans Urban

Nage-waza

10:45 12:15

Ju-Jitsu

Aikido

Ju-Jitsu

Anfänger

Julia Vollmer

Louis Drolshagen

Mario Glöckler

12:30 14:00

Mittagessen

14:00 14:15

Aufwärmen

Hans Urban

14:15 15:30

Kata

Aikido

Jiu-Jitsu

Blasrohr

Michael Hoffmann

Hans Urban

Thomas Uehlken

Louis Drolshagen

Gerhard Schmitt

Hans-Jürgen Krieghoff

15:30 17:00

Kata

Stenka

Nihon Tai-Jitsu

Blasrohr

Michael Hoffmann

Hans Urban

Thomas Uehlken

Mario Göckler

Fortgeschrittene

Gerhard Schmitt

Hans-Jürgen Krieghoff

17:00 18:00

Sambo

Judo

Ju-Jitsu

Mario Göckler

Randori

Hans Urban

Anfänger

Julia Vollmer

18:00 19:00

Vesper / Abendessen

19:00 20:30

Sambo

Savate

Stockkampf

Mario Göckler

Gerhard Schmitt

Stockkampf/Lichtschwert

Hans Urban

Budo-Sommerschule vom 27.07. - 31.07.2026

© NDK e.V.

Dienstag