



K Y O K U S H I N K A I

KARATE

Trainingsplan

Der aktuelle Trainingsplan mit NEUN Trainings in VIER verschiedenen Gemeinden

Tag	Nr	Ort	Halle	Zeit	Training	Instruktor
Mo	1	Hergiswil	Turnhalle Matt	1800–2000	Allgemeines Training	Sensei Fadil Haxhosaj
Mo	2	Sarnen	Dojo Büntenpark	1930–2100	Allgemeines Training	Sempai Manuela Gasser
Di	3	Giswil	Alte Halle	1830–2000	Training für Junioren	Sempai Joachim Steffan
Di	4	Sarnen	Dojo Büntenpark	1900–2100	Allgemeines Training	Shihan Klaus Ming
Mi	5	Hergiswil	Turnhalle Matt	1800–2000	Allgemeines Training	Sensei Fadil Haxhosaj
Mi	6	Sachsln	Turnhalle Türlí	1830–2000	Training für Junioren	Sempai Manuela Gasser
Mi	7	Sarnen	Dojo Büntenpark	1900–2100	Wettkampftraining	Shihan Klaus Ming
Fr	8	Sarnen	Dojo Büntenpark	1700–1830	Training für Junioren	Sempai Anita Bucher
Fr	9	Sarnen	Dojo Büntenpark	1900–2100	Allgemeines Training	Shihan Klaus Ming

KARATE DO OBWALDEN

www.karate-ow.ch

osu@karate-ow.ch

Shihan Klaus Ming 5. DAN
IFK Kyokushinkai Karate
079 759 11 87