

Stundenplan Bo Chi Lam Hung Kuen Kampfkunst-Schule Karlsruhe

Zeit	Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag	
	Trainingsraum I	Trainingsraum II		Trainingsraum I	Trainingsraum II		Trainingsraum I	Trainingsraum II
18.00	Freies Training Einzelunterricht	<u>Freies Training</u> Krafttraining Sandsack Holzmann	Training nach Absprache	Freies Training Einzelunterricht	<u>Freies Training</u> Krafttraining Sandsack Holzmann	Training nach Absprache	Hung Kuen Formen Waffen Anwendungen Kampftraining	Krafttraining Sandsack Holzmann
18.30								
19.00	Süd Shaolin Kung Fu (Basics, Fitness, Form)	<u>Training</u> Hung Kuen Fortgeschrittene		Süd Shaolin Kung Fu (Basics, Fitness, Form)	<u>Training</u> Hung Kuen Fortgeschrittene			
19.30								
20.00								
20.30	Hung Kuen Unterweisung (Hand-, Waffenform, Anwendungen) Löwentanz	Freies Training		Hung Kuen Unterweisung (Hand-, Waffenform, Anwendungen) Löwentanz	Freies Training			
21.00								
21.30								

Montag + Mittwoch alle Gruppen und Grade (Süd Shaolin + Hung Kuen)

Freitag: Hung Kuen Oberstufe + Schwarzgurt

+ Training nach Vereinbarung

Hung Kuen Kampfkunstschule

Karlsruhe/Germany

Sifu H. Bluck

Wong Sai Wing Linie

www.hunggarkungfu.de

