

# Trainingsplan 2023

## Kinder

1. Halbjahr	
Januar	<i>Prüfung &amp; Vorbereitung</i>
Februar	KUMITE
März	KATA
April	OSTERFERIEN
Mai	KIHON
Juni	KUMITE

2. Halbjahr	
Juli	<i>Prüfung &amp; Vorbereitung</i>
August	SOMMERFERIEN
September	KATA
Oktober	KUMITE
November	KIHON
Dezember	<i>Prüfung &amp; Vorbereitung</i>

## Erwachsene

1. Halbjahr	
Januar	<i>Prüfung &amp; Vorbereitung</i>
Februar	KUMITE
März	KATA
April	OSTERFERIEN
Mai	BUNKAI
Juni	KIHON

2. Halbjahr	
Juli	KUMITE
August	SOMMERFERIEN
September	KATA
Oktober	BUNKAI
November	KIHON
Dezember	<i>Prüfung &amp; Vorbereitung</i>