

	Datum	Zeit	Ort	Gokyo	Kata	Kyu	Trainer
Samstag	17.06.17	0900-1400	Dojo ASKÖ Leonding		Nage no kata Gruppen 1-5		Grasl/Deschka Edlinger?
Mittwoch	28.06.17	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Bewegungsgrundsätze Gruppe 1 rechts	Te waza	Etikette Ukemi-waza	Grasl/Deschka
Mittwoch	05.07.17	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 2 rechts	Koshi waza	Shime-Waza	Grasl/Deschka
Mittwoch	12.07.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 3 rechts	Ashi waza	Kansetsu-Waza	Grasl/Deschka
Mittwoch	06.09.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 4 rechts	Ma sutemi waza	Osae-Komi-Waza	Grasl/Deschka
Mittwoch	13.09.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 5 rechts	Yoko sutemi waza	Tachi-Waza (re+li)	Deschka
Mittwoch	20.09.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts	Gruppe 1 - 5	Gaeshi/Gonosen	Deschka
Mittwoch	27.09.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 links	Te waza	4 Wurfrichtungen	Deschka
Mittwoch	04.10.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 2 links	Koshi waza	Renraku/Renzoku	Grasl/Deschka
Mittwoch	11.10.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 3 links	Ashi waza	Übergang Stand-Boden	Deschka
Mittwoch	18.10.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 4 links	Ma sutemi waza	Bauch/Bank	Grasl/Deschka
Mittwoch	25.10.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 5 links	Yoko sutemi waza	Tachi-Waza (re+li)	Grasl/Deschka
Mittwoch	08.11.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 links	Gruppe 1 - 5	4 Wurfrichtungen	Deschka
Mittwoch	15.11.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links	Gruppe 1 - 5	Theorie	Grasl/Deschka
Mittwoch	22.11.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links	Gruppe 1 - 5	Shime waza Kansetsu-Waza Osaekomi waza	Grasl/Deschka
Mittwoch	29.11.2017	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Wiederholung und Ausbessern von Schwachstellen	Wiederholung und Ausbessern von Schwachstellen	Einzeltechniken nach Bedarf	Grasl/Deschka

zusätzlich wird ab Sept. das Kata-Training jeden Di 19-21 Uhr auf der Gugl weiter angeboten.