

	Datum	Zeit	Ort	Gokyo	Kata	Kyu	Trainer
Mittwoch	12.09.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Bewegungsgrundsätze	Nage no kata Te waza		Grasl/Stolyarov
Mittwoch	19.09.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Koshi waza		Grasl/Stolyarov
Mittwoch	26.09.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Ashi waza		Grasl/Stolyarov
Mittwoch	03.10.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Ma sutemi waza		Grasl/Stolyarov
Mittwoch	10.10.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Yoko sutemi waza	Etikette Ukemi-waza	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	17.10.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata ev. Katame no kata	Shime-Waza	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	24.10.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata ev. Katame no kata	Kansetsu-Waza	Stolyarov
Mittwoch	31.10.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppen 1 +2 rechts		Osae-Komi-Waza	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	7.11.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppen 3 + 4 rechts		Tachi-Waza (re+li)	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	14.11.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 5 rechts Gruppen 1 - 5 rechts		Gaeshi/Gonosen	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	21.11.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Einzeltechniken nach Bedarf		4 Wurfrichtungen	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	28.11.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppen 1 +2 links		Renraku/Renzoku	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	5.12.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppen 3 + 4 links		Übergang Stand-Boden	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	12.12.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 5 links Gruppen 1 - 5 links		Bauch/Bank	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	19.12.18	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Einzeltechniken nach Bedarf		Tachi-Waza (re+li)	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	09.01.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links		4 Wurfrichtungen	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	16.01.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links		Theorie	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	23.01.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links		Shime waza Kansetsu-Waza Osaekomi waza	Grasl/Stolyarov
Mittwoch	30.01.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Wiederholung und Ausbessern von Schwachstellen		Einzeltechniken nach Bedarf	Grasl/Stolyarov