

	Datum	Zeit	Ort	Gokyo	Kata	Kyu	Trainer	
Mittwoch	11.09.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Bewegungsgrundsätze	Nage no kata Te waza		Grasl/Deschka	
Mittwoch	18.09.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Koshi waza		Grasl/Deschka	
Mittwoch	25.09.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Ashi waza		Grasl/Deschka	
Mittwoch	02.10.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Ma sutemi waza		Grasl/Deschka	
Mittwoch	09.10.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata Yoko sutemi waza		Deschka	
Mittwoch	16.10.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata ev. Katame no kata		Grasl/Deschka	
Mittwoch	23.10.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Nage no kata ev. Katame no kata	Etikette Ukemi-waza	Grasl/Deschka	
Mittwoch	30.10.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppen 1 +2 rechts/links		Kodokan katame waza	Grasl/Deschka	
Kata LM OÖ 03.11.								
Mittwoch	06.11.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppen 3 + 4 rechts/links		Kodokan nage-waza (re+li)	Grasl/Deschka	
Mittwoch	13.11.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 5 rechts/links Gruppen 1 - 5 rechts/links		Anwendungsaufgaben Kyu-Programm	Grasl/Deschka	
Kata LM ST 16.11.								
Mittwoch	20.11.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Einzeltechniken nach Bedarf			Grasl/Deschka	
Mittwoch	27.11.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Einzeltechniken nach Bedarf			Grasl/Deschka	
Mittwoch	04.12.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links			Grasl/Deschka	
Dan Prüfung St 7/8.12.								
Mittwoch	11.12.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links		Grasl/Deschka		
Mittwoch	18.12.19	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Gruppe 1 - 5 rechts und links		Grasl/Deschka		

Mittwoch	08.01.20	1900-2100	Olympiazentrum Gugl	Wiederholung und Ausbessern von Schwachstellen	Gras/Deschka
Mittwoch	15.01.20	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Gras/Deschka
Mittwoch	22.01.20	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Gras/Deschka
Mittwoch	29.01.20	1900-2100	Olympiazentrum Gugl		Gras/Deschka
Dan Prüfung Tirol 16.02.20					