

FRÜHJAHRSLERHGANG BAD GLEICHENBERG

30. MAI -02. JUNI 2024

Wellness-Oase Tropper-Scheer, Haag bei Bad Gleichenberg

PROGRAMM:

Datum:	Uhrzeit:	Inhalt:	Lehrende/r:
30.05.	17.00 Uhr – 18.00 Uhr	Begrüßungstraining	Christian Reichhold
31.05.	08.00 Uhr – 09.00 Uhr	Training allgemein	Christian Reichhold
	11.30 Uhr – 12.30 Uhr	Selbstverteidigung	Armin Stocker
	16.00 Uhr – 17.00 Uhr	Hyongs spezial (WS)	Christian Reichhold/ Armin Stocker
	ABENDS	Buschenschank-Ausflug	
01.06.	08.00 Uhr – 09.00 Uhr	Messer-/Stockabwehr (WS)	Christian Reichhold/ Armin Stocker
	11.30 Uhr – 12.30 Uhr	Training allgemein	Armin Stocker
	16.00 Uhr – 17.00 Uhr	Training/Repetitorium	Christian Reichhold
	17.00 Uhr – 18.00 Uhr	Gürtelprüfungen	Christian Reichhold/ Armin Stocker
02.06.	08.00 Uhr – 09.00 Uhr	Schlusstraining	Christian Reichhold

(WS) = Training auf Basis Workshop mit zwei Gruppen