[gt3_custom_text text_color="#737d84″ font_size="16″]Für Mobile User:Bitte rechts oder links scrollen für alle Infos auf dem Wochenplan. (Beschreibung, Alter, Trainer, Grad)[/gt3_custom_text]

Wochenplan 2025

Wochentag	Zeit	Kampfkunst	Beschreibung	Alter	Trainer	Grad
Montag	16.30 - 17.30	Judo (K)	Judo Piccolo-Kindergarten	5 bis 7 J	Alexandra Schiesser	5. Meistergrad
Montag	17.45 - 19.00	Judo (K / J)	Technik und Randori	Ab 8 J	Alexandra Schiesser	5. Meistergrad
Montag	19.00 - 20.00	Taiji (Tai Chi) (E)	Gesundheitssport aus China / Formen	Ab 14 J	Alexandra Schiesser	Taiji Lehrerin
Montag	20.15 - 21.30	Judo (E)	Technik	Ab 15 J	Alexandra Schiesser	5. Meistergrad
Dienstag	09.00 - 10.00	Taiji (Tai Chi) (E)	Gesundheitssport aus China / diverse Formen	Ab 14 J	Alexandra Schiesser	Taiji Lehrerin
Dienstag	17.45 - 19.00	Viet Anh Mon (Ki)	Technik/ Formen mit oder ohne Waffen/ Vietnamesische Selbstverteidigung	Ab 5 J bis 13 Jahre zwei Gruppen	Alexandra mit Team	Trung cap 2
Dienstag	19.30 - 21.00	Viet Anh Mon (E)	Technik/ Formen mit oder ohne Waffen/ Vietnamesische Selbstverteidigung	Erwachsene und Jugend ab 13 J	Alexandra Schiesser	Trung cap 2
Mittwoch *	18.00 - 19.00	Karate (Ki)	* Karate Club Glarus Nord	Bis 13 J	Giovanni Alagna	2. Meistergrad
Mittwoch *	19.15 - 21.15	Karate (J/E)	* Karate Club Glarus Nord	Ab 14 J	Giovanni Alagna	2. Meistergrad
Donnerstag	17.45 - 19.00	Judo (Ki/J)	Technik-Randori	Ab 8 J	Susi Reumer	1. Meistergrad
Freitag ***	18.45 - 20.00	Viet Anh Mon (Ki/J/E)	Technik/ Formen mit oder ohne Waffen/ Vietnamesische Selbstverteidigung	offen für alle Altersgruppe	Alexandra Schiesser	Trung cap 2
Freitag ***	20.00 - 20.45	Wettkampftraining	Semi und Vollkontakt Sanda Wettkampftraining	offen für alle Altersgruppe	Alexandra Schiesser	Trung Cap 2

* Anmeldung direkt beim Karate Club Glarus Nord
*** Gemeinsames Kung Fu Training im Trainingsraum Roosstrasse 11, 8832 Wollerau