

<b>Freitag - 29.07.2022</b>		
	<b>Pool 1</b>	<b>Pool 2</b>
07:00 - 07:45	<b>Gruppe 1: Morgenlauf   Gruppe 2: Early Bird Kobudo</b>	
08:00 - 08:30	<b>Frühstück</b>	
09:00 - 09:30	<b>traditionelles Aufwärmtraining</b> Peter NEUWIRTH, 4.Dan	
09:30 - 10:30	<b>Karate</b> <i>Kata und Anwendungen</i> Dietmar FRÖHLICH, 3.Dan Karate	<b>Goshin Jitsu</b> Aaron HORN, 3.Dan
10:40 - 11:40	<b>Kickboxen</b> <i>Fusstechniken / Kombinationen</i> Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Jiu Jitsu</b> Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen Gerhard und Walter WEISS, 3.Dan
12:00 - 13:30	<b>Mittagessen</b>	
13:30 - 14:20	<b>Sochin ryu Kobudo</b> Nunchaku Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Karate</b> <i>Kata und Anwendungen</i> Dietmar FRÖHLICH, 3.Dan Karate
14:30 - 15:20	<b>Shinkendo</b> Suburi & Kata Carola Hendorfer, Shinkendo Renshi	<b>Jiu Jitsu</b> Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen Gerhard und Walter WEISS, 3.Dan
15:30 - 16:30	<b>Sochin ryu Kobudo</b> <i>Waffenkampf</i> Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Goshin Jitsu</b> Aaron HORN, 3.Dan
16:30 - 17:40	<b>SV Drill Training</b> Aaron HORN	
18:00 - 18:30	<b>Abendessen</b>	
19:30 - open end	<b>Lagerfeuer im Sportzentrum Tauernruh</b>	

<b>Samstag – 30.07.2022</b>		
	<b>Pool 1</b>	<b>Pool 2</b>
07:00 – 07:45	<b>Gruppe 1: Morgenlauf   Gruppe 2: Early Bird Kobudo</b>	
08:00 – 08:30	<b>Frühstück</b>	
09:00 – 09:30	<b>traditionelles Aufwärmtraining</b> Caroline MARTIN ASAL, 6.Dan	
09:30 – 10:30	<b>Kickboxen</b> Kombinationen Caroline MARTIN ASAL, 6.Dan	<b>Krafttraining für Kampfsportler</b> Peter NEUWIRTH
10:40 – 11:40	<b>Sochin ryu Kobudo</b> Tonfa – Schlagstock Dietmar FRÖHLICH, 2.Dan Kobudo	<b>Nihon Jujutsu</b> Wurftechniken für die Selbstverteidigung Armin KOPPLHUBER, 3.Dan
12:00 – 13:30	<b>Mittagessen</b>	
13:30 – 14:30	<b>Kickboxen</b> Angriff- und Kontertechniken Caroline MARTIN ASAL, 6.Dan	<b>Nihon Jujutsu</b> Wurftechniken für die Selbstverteidigung Armin KOPPLHUBER, 3.Dan
14:40 – 15:40	<b>Kickboxen</b> Sparring Caroline MARTIN ASAL, 6.Dan	<b>Aikido</b> <i>Grundtechniken im Aikido</i> Dietmar FRÖHLICH, 2.Dan Aikido
15:50 – 16:50	<b>Shinkendo</b> Goho Battoho (Schwertziehtechniken) Carola HENDORFER, Shinkendo Renshi	<b>Goshindo</b> Selbstverteidigung mit dem Obi (Gürtel) Gerhard und Walter WEISS, 3.Dan
17:00 – 17:40	<b>TKA Kampfsportzirkeltraining</b> Aaron HORN // Peter NEUWIRTH	
18:00 – 19:00	<b>Abendessen</b>	
Ab 19:30	<b>Foto- und Videoabend</b>	

<b>Sonntag – 31.07.2022</b>		
	<b>Pool 1</b>	<b>Pool 2</b>
07:00 – 07:45	<b>Morgenlauf</b>	
08:00 – 08:30	<b>Frühstück</b>	
09:00 – 09:30	<b>traditionelles Aufwärmtraining</b> Gerhard und Walter WEISS, 3.Dan	
09:30 – 11:00	<b>TKA Kampfsportroulette</b> Kobudo, Kickboxen, Jiu Jitsu, Karate	
11:00 – 11:30	<b>Ent-Spannungstraining</b> Peter NEUWIRTH, 4.Dan	
11:30 – 11:45	<b>Urkundenvergabe und Verabschiedung</b>	
12:00 – 12:30	<b>Mittagessen</b>	

Stand: 15.01.2022