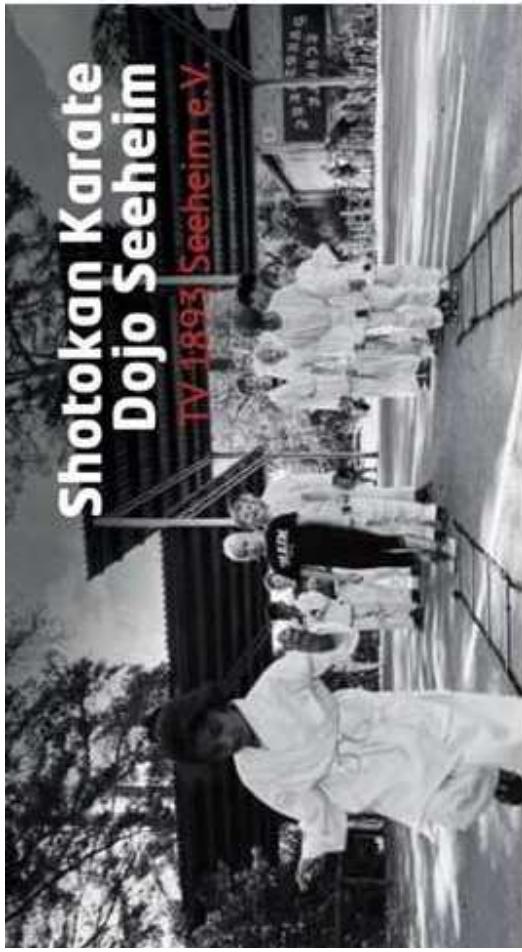


Stempelplan 2024

Shotokan Karate Dojo Seehheim



Lern Dir selbst zu helfen!

Karate ist eine Kampfkunst, die Dich sowohl körperlich als auch geistig fördert. Du lernst dabei nicht nur Dich selbst zu verteidigen, sondern auch Deinen Körper besser zu kontrollieren und Dich selbst zu behaupten.

Komm bei uns vorbei und schnupper rein!

Jeden **Montag**, **Mittwoch** und **Freitag** trainieren bei uns die Kinder und Anfänger aller Altersstufen von **17.00 bis 18.00 Uhr**. Direkt im Anschluss trainieren dann die fortgeschrittenen Jugendlichen und Erwachsenen von **18.00 bis 19.30 Uhr**. Weitere Informationen und Einblicke in unser Training findet Ihr auf karate-seehheim.de.

Wir trainieren in der **Aula** (Gebäude 1) im **Schuldorf Bergstraße**.



Kontakt

www.karate-seehheim.de

Facebook: Karate Seehheim

Instagram: [karate_seehheim](https://www.instagram.com/karate_seehheim/)

Name: _____



Shotokan Karate Dojo Seeheim 2024

Januar		Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mo	Neujahr	1 Do	1 Fr	1 Mo	1 Mi	Tag der Arbeit	1 Sa	1 Mo	1 Do	1 So	1 Di	1 Fr
3 Mi	2 Fr	1 Fr	2 Di	2 Do	2 So	1 Mo	2 Fr	2 Mo	2 Mi	2 So	1 Mi	1 Fr
3 Mi	2 Fr	3 So	3 Mi	3 Fr	3 Mo	3 Mi	2 Fr	2 Mo	2 Mi	3 So	2 Mi	2 Mo
5 Fr	4 So	4 Mo	3 Mi	3 Fr	3 Mo	3 Mi	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Mi	4 Mi
5 Fr	5 Mo	4 Mo	5 Fr	5 So	5 Mi	5 Fr	5 Mo	4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Mi	4 Mi
7 So	6 Mo	6 Mi	5 Fr	6 Mo	5 Mi	5 Fr	5 Mo	6 Fr	6 So	6 Mi	6 Mi	6 Fr
8 Mo	7 Mi	6 Mi	7 So	6 Mo	7 Mi	7 Fr	7 So	7 Mi	6 Fr	7 Mo	6 Mi	6 Fr
8 Mo	7 Mi	8 Fr	8 Mo	8 Mi	7 Fr	8 Mo	8 Mi	7 Fr	8 So	7 Mo	8 Fr	8 So
10 Mi	9 Fr	8 Fr	9 Mo	8 Mi	9 So	8 Mo	9 Fr	9 Mo	9 Mi	8 Fr	9 Fr	9 Mo
10 Mi	9 Fr	10 So	10 Mi	10 Fr	10 Mo	10 Mi	10 Fr	9 Fr	9 Mo	9 Mi	10 So	9 Mo
12 Fr	11 So	11 Mo	10 Mi	10 Fr	10 Mo	10 Mi	11 So	11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Mi	11 Mi
12 Fr	12 Mo	11 Mo	12 Fr	12 So	Muttertag	12 Mi	12 Fr	12 Mo	11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Mi
14 So	12 Mo	13 Mi	12 Fr	13 Mo	12 Mi	12 Fr	12 Mo	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Fr	13 Fr
15 Mo	14 Mi	13 Mi	14 So	13 Mo	14 Fr	14 So	14 Mi	13 Fr	14 Mo	13 Mi	13 Fr	13 Fr
15 Mo	14 Mi	15 Fr	15 Mo	15 Mi	14 Fr	15 Mo	14 Mi	15 So	14 Mo	15 Fr	15 So	15 So
17 Mi	16 Fr	15 Fr	15 Mo	15 Mi	16 So	15 Mo	16 Fr	16 Mo	16 Mi	15 Fr	16 Mo	16 Mo
17 Mi	16 Fr	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo	17 Mi	17 Fr	16 Mo	16 Mi	17 So	16 Mo	16 Mo
19 Fr	18 So	18 Mo	17 Mi	17 Fr	17 Mo	17 Mi	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Mi	18 Mi
19 Fr	19 Mo	18 Mo	19 Fr	19 So	Pfingsten	19 Mi	19 Fr	19 Mo	18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Mi
21 So	19 Mo	20 Mi	19 Fr	20 Mo	Pfingstmontag	19 Mi	19 Fr	19 Mo	20 Fr	20 So	20 Mi	20 Fr
22 Mo	21 Mi	20 Vi	21 So	21 Di	21 Fr	21 So	21 Mi	20 Fr	21 Mo	20 Mi	20 Fr	20 Fr
22 Mo	21 Mi	22 Fr	22 Mo	22 Mi	21 Fr	22 Mo	21 Mi	22 So	21 Mo	22 Fr	22 So	22 So
24 Mi	23 Fr	22 Fr	22 Mo	22 Mi	23 So	22 Mo	23 Fr	23 Mo	23 Mi	22 Fr	23 Mi	23 Mi
24 Mi	23 Fr	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo	24 Mi	23 Fr	23 Mo	23 Mi	24 So	23 Mi	23 Mi
26 Fr	25 So	25 Mo	24 Mi	24 Fr	24 Mo	26 So	26 Mi	26 Fr	25 Mi	25 Fr	25 Mo	25 Mi
26 Fr	26 Mo	25 Mo	26 Fr	26 So	26 Mi	26 Fr	26 Mo	25 Mi	25 Fr	25 Mo	26 Do	2. Weihnachtstag
28 So	26 Mo	27 Mi	26 Fr	27 Mo	26 Mi	26 Fr	26 Mo	27 Fr	27 So	27 Mi	27 Fr	27 Fr
29 Mo	28 Mi	27 Mi	28 So	27 Mo	28 Fr	28 So	28 Mi	27 Fr	28 Mo	27 Mi	27 Fr	27 Fr
29 Mo	28 Mi	29 Mo	29 Fr	29 Mo	28 Fr	29 Mo	28 Mi	29 Fr	28 Mo	29 Fr	29 So	29 So
31 Mi	29 Do	30 Sa	29 Mo	30 So	29 Mo	30 Fr	30 Mo	30 Mi	30 Fr	30 Mi	30 Mo	30 Mi
31 Mi				31 So	Beginn der Sommerzeit	31 Fr						30 Mi