

Trainingsplan Krav Maga Authentics



April		Stuttgart I	Stuttgart II	Sindelfingen I	Sindelfingen II	Wochenthema
01. Apr	Fr		Natalja	Marco		Szenarietraining
02. Apr	Sa					
03. Apr	So					Fighting Skills
04. Apr	Mo			Natalja		
05. Apr	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Robert	
06. Apr	Mi					
07. Apr	Do	Kerim				
08. Apr	Fr		Kerim	Marco		
09. Apr	Sa	KM: Robert; KMJ: Kerim				
10. Apr	So					Bodenkampf
11. Apr	Mo			Robert		
12. Apr	Di	KMJ: Kerim KM: Kerim			Robert	
13. Apr	Mi					
14. Apr	Do	Robert				
15. Apr	Fr		kein Training	kein Training		
16. Apr	Sa	KM: Marco KMJ: Marco				
17. Apr	So					Griffbefreiung
18. Apr	Mo			kein Training		
19. Apr	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			kein Training	
20. Apr	Mi					
21. Apr	Do	Kerim				
22. Apr	Fr		kein Training	kein Training		
23. Apr	Sa	KM: Natalja KMJ: Natalja				
24. Apr	So					Szenarietraining
25. Apr	Mo			Abdus		
26. Apr	Di	KMJ: Abdus KM: Kerim			Phil	
27. Apr	Mi					
28. Apr	Do	Marco				
29. Apr	Fr		Natalja	Abdus		
30. Apr	Sa	KM: Robert; KMJ: Robert				
Mai		Stuttgart I	Stuttgart II	Sindelfingen I	Sindelfingen II	Wochenthema
02. Mai	Mo			Abdus		Fighting Skills
03. Mai	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Robert	
04. Mai	Mi					
05. Mai	Do	Abdus				
06. Mai	Fr		Marco	Natalja		
07. Mai	Sa	KM: Phil KMJ: Phil				
08. Mai	So					
09. Mai	Mo			Abdus		
10. Mai	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Kerim	
11. Mai	Mi					
12. Mai	Do	Marco				
13. Mai	Fr		Robert	Kerim		
14. Mai	Sa	KM: Natalja KMJ: Natalja				
15. Mai	So					Bodenkampf
16. Mai	Mo			Robert		
17. Mai	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Marco	
18. Mai	Mi					
19. Mai	Do	Kerim				
20. Mai	Fr		Natalja	Phil		
21. Mai	Sa	KM: Robert KMJ: Robert				
22. Mai	So					Szenarietraining
23. Mai	Mo			Natalja		
24. Mai	Di	KMJ: Abdus KM: Kerim			Abdus	
25. Mai	Mi					
26. Mai	Do	Natalja				
27. Mai	Fr		Marco	Robert		
28. Mai	Sa	KM: Abdus KMJ: Abdus				
29. Mai	So					Fighting Skills
30. Mai	Mo			Abdus		
31. Mai	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Marco	
Juni		Stuttgart I	Stuttgart II	Sindelfingen I	Sindelfingen II	Wochenthema
01. Jun	Mi					Fighting Skills
02. Jun	Do	Phil				
03. Jun	Fr		Robert	Natalja		
04. Jun	Sa	KM: Kerim KMJ: Kerim				Messerabwehr
05. Jun	So					
06. Jun	Mo			kein Training		
07. Jun	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			kein Training	
08. Jun	Mi					
09. Jun	Do	Abdus				
10. Jun	Fr		kein Training	kein Training		
11. Jun	Sa	KM: Robert KMJ: Robert				
12. Jun	So					Griffbefreiung
13. Jun	Mo			kein Training		
14. Jun	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			kein Training	
15. Jun	Mi					
16. Jun	Do	Kerim				
17. Jun	Fr		kein Training	kein Training		
18. Jun	Sa	KM: Marco KMJ: Marco				
19. Jun	So					Bodenkampf
20. Jun	Mo			Abdus		
21. Jun	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Robert	
22. Jun	Mi					
23. Jun	Do	Kerim				
24. Jun	Fr		Marco	Natalja		
25. Jun	Sa	KM: Abdus KMJ: Abdus				
26. Jun	So					Szenarietraining
27. Jun	Mo			Robert		
28. Jun	Di	KMJ: Abdus KM: Abdus			Marco	
29. Jun	Mi					
30. Jun	Do	Abdus				