

# Trainingsplan Krav Maga Authentics



Oktober		Stuttgart I	Stuttgart II	Sindelfingen I	Sindelfingen II	Calw	Wochenthema
01. Okt	Sa	KM: Abdus; KMJ: Abdus					Szenarientraining
02. Okt	So						
03. Okt	Mo			kein Training		KMJ: Abdus KM: Abdus	Fighting Skills
04. Okt	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			Semih		
05. Okt	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
06. Okt	Do	Juliane					
07. Okt	Fr		Daniel	Semih			
08. Okt	Sa	KM: Abdus; KMJ: Abdus					
09. Okt	So						Griffbefreiung
10. Okt	Mo			Daniel		KMJ: Abdus KM: Abdus	
11. Okt	Di	KMJ: Abdus; KM: Juliane			Abdus		
12. Okt	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
13. Okt	Do	Phil					
14. Okt	Fr		Juliane	Semih			
15. Okt	Sa	KM: Abdus; KMJ: Abdus					Messerabwehr
16. Okt	So						
17. Okt	Mo			Maik		KMJ: Abdus KM: Abdus	
18. Okt	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			Semih		
19. Okt	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
20. Okt	Do	Juliane					
21. Okt	Fr		Phil	Natalja			Szenarientraining
22. Okt	Sa	KM: Abdus; KMJ: Abdus					
23. Okt	So						
24. Okt	Mo			Daniel		KMJ: Abdus KM: Abdus	
25. Okt	Di	KMJ: Abdus; KM: Phil			Abdus		
26. Okt	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
27. Okt	Do	Abdus					Bodenkampf
28. Okt	Fr		Juliane	Semih			
29. Okt	Sa	KM: Abdus; KMJ: Abdus					
30. Okt	So						
31. Okt	Mo			kein Training		KMJ: Abdus KM: Abdus	
November		Stuttgart I	Stuttgart II	Sindelfingen I	Sindelfingen II	Calw	
01. Nov	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			kein Training		Bodenkampf
02. Nov	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
03. Nov	Do	Abdus					
04. Nov	Fr		kein Training	kein Training			
05. Nov	Sa	KM: Abdus; KMJ: Abdus					
06. Nov	So						
07. Nov	Mo			Maik		KMJ: Abdus KM: Abdus	Messerabwehr
08. Nov	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			Daniel		
09. Nov	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
10. Nov	Do	Henri					
11. Nov	Fr		Phil	George			
12. Nov	Sa	KM: Kerim; KMJ: Peter					
13. Nov	So						Griffbefreiung
14. Nov	Mo			Daniel		KMJ: Abdus KM: Abdus	
15. Nov	Di	KMJ: Abdus; KM: Peter			Abdus		
16. Nov	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
17. Nov	Do	Natalja					
18. Nov	Fr		Juliane	Semih			
19. Nov	Sa	KM: Maik; KMJ: George					Waffenabwehr
20. Nov	So						
21. Nov	Mo			Maik		KMJ: Abdus KM: Abdus	
22. Nov	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			Semih		
23. Nov	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
24. Nov	Do	Kerim					
25. Nov	Fr		Henri	George			Szenarientraining
26. Nov	Sa	KM: Juliane; KMJ: Daniel					
27. Nov	So						
28. Nov	Mo			Daniel		KMJ: Abdus KM: Abdus	
29. Nov	Di	KMJ: Henri; KM: Henri			Maik		
30. Nov	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
Dezember		Stuttgart I	Stuttgart II	Sindelfingen I	Sindelfingen II	Calw	Wochenthema
01. Dez	Do	Juliane					Szenarientraining
02. Dez	Fr		Phil	Daniel			
03. Dez	Sa	KM: Semih; KMJ: Semih					
04. Dez	So						
05. Dez	Mo			Maik		KMJ: Abdus KM: Abdus	Defensivtechniken
06. Dez	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			Daniel		
07. Dez	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
08. Dez	Do	George					
09. Dez	Fr		Juliane	Abdus			
10. Dez	Sa	KM: Henri; KMJ: Henri					
11. Dez	So						Griffbefreiung
12. Dez	Mo			Daniel		KMJ: Abdus KM: Abdus	
13. Dez	Di	KMJ: Maik; KM: Maik			Abdus		
14. Dez	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
15. Dez	Do	Abdus					
16. Dez	Fr		Phil	Semih			
17. Dez	Sa	KM: Kerim; KMJ: Kerim					Szenarientraining
18. Dez	So						
19. Dez	Mo			Maik		KMJ: Abdus KM: Abdus	
20. Dez	Di	KMJ: Abdus; KM: Abdus			Daniel		
21. Dez	Mi					KMJ: Abdus KM: Abdus	
22. Dez	Do	Kerim					
23. Dez	Fr		kein Training	kein Training			Schließtage
24. Dez	Sa	Schließtage					
25. Dez	So						
26. Dez	Mo			Schließtage		Schließtage	
27. Dez	Di	Schließtage			Schließtage		
28. Dez	Mi						
29. Dez	Do	Schließtage					Schließtage
30. Dez	Fr		Schließtage	Schließtage			
31. Dez	Sa	Schließtage					

\*31.10.2022-06.11.2022 Herbstferien

\*\* 23.12.2022-08.01.2023 Schließtage