

<b>Freitag – 07.08.2020</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> coming soon Aaron HORN, 3.Dan
10:40 – 11:40	<b>Kickboxen</b> <i>Fusstechniken / Kombinationen</i> Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Kyusho Jitsu</b> Armmanipulation, Stressbewältigung Mario HASLHOFER, Kyusho Instructor
12:00 – 13:30	<b>Mittagessen</b>	
13:30 – 14:20	<b>Sochin ryu Kobudo</b> Nunchaku – Dreschflegel Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Kyusho Jitsu</b> Arm Destruction, Stress Drill Mario HASLHOFER, Kyusho Instructor
14:30 – 15:20	<b>Kickboxen</b> <i>Sparring</i> Benjamin BAUMGARTNER	<b>Nihon Jujutsu</b> <i>Kihon Waza und Anwendung</i> Dietmar FRÖHLICH
15:30 – 16:20	<b>Sochin ryu Kobudo</b> <i>Waffenkampf</i> Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Goshin Jitsu</b> coming soon Aaron HORN, 3.Dan
16:30 – 17:40	<b>Kickbox Aerobic</b> Greg NOWOTNY (Kickbox Aerobic Trainer)	
18:00 – 18:30	<b>Abendessen</b>	
19:30 – open end	<b>Lagerfeuer im Sportzentrum Tauernruh</b>	

<b>Samstag – 08.08.2020</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> Alexander HÜBL, 5.Dan	
09:30 – 10:30	<b>Sochin ryu Kobudo</b> Tonfa – Schlagstock Dietmar FRÖHLICH, 2.Dan Kobudo	<b>Goshin Jitsu</b> coming soon Aaron HORN, 3.Dan
10:40 – 11:40	<b>Tae Kwon - Do</b> Grundtechniken Alexander HÜBL, 5.Dan	<b>American Kobudo</b> Tekko Kata Peter NEUWIRTH, 4.Dan
12:00 – 13:30	<b>Mittagessen</b>	
13:30 – 14:30	<b>Kickboxen</b> Handtechniken / Kombinationen Peter NEUWIRTH, 4.Dan	<b>Jiu Jitsu</b> Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen Gerhard und Walter WEISS, 2.Dan
14:40 – 15:40	<b>Tae Kwon - Do</b> Kombinationen im modernen TKD Alexander HÜBL, 5.Dan	<b>Aikido</b> <i>Grundtechniken im Aikido</i> Dietmar FRÖHLICH, 2.Dan Aikido
15:50 – 16:50	<b>Kickboxen</b> <i>Sparring</i> Benjamin BAUMGARTNER	<b>Goshindo</b> Selbstverteidigung mit dem Obi (Gürtel) Gerhard und Walter WEISS, 2.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 – 09.08.2020</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, 2.Dan	
09:30 – 11:00	<b>TKA Kampfsportroulette</b> Goshin Jitsu, Karate, Goshindo, Kickboxen	
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: 25.01.2020