

# Ki-Karate und Ki-Kumite auf Sylt 2021

27. September bis 1. Oktober 2021 (Montag bis Freitag): „It’s all about where your mind’s at.“

Dr. Petra Schmidt und Anette B. Christl

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.15	Begrüßung Sporthalle				
09.30 – 11.00	Ki-Übung P	Ki-Übung P	Ki-Übung P	Ki-Übung P	Ki-Übung P
11.15 – 12.30	Ki-Karate P	Ki-Karate P	Ki-Kumite A	Ki-Karate P	Ki-Kumite A
Mittag					
16.00 – 17.30	Ki-Kumite A	Ki-Kumite A	Kyu-Prüfung (nur nach vorheriger Anmeldung)	Ki-Kumite A	
17.45 – 18.30	Meditation A	Meditation A		Meditation A	
Abend			gemeinsamer Strandspaziergang		Programmänderungen sind möglich!

P = Petra, A = Anette

Trainingsort: Sporthalle Pestalozzischule, St.-Nicolai-Straße 6, 25980 Westerland, Sylt