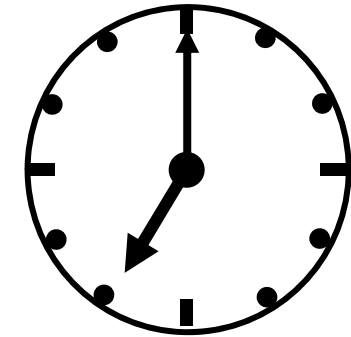


# 13. Basel Kangeiko

## „Wintertraining“

21. Januar – 27. Januar 2019  
- jeweils 6 Uhr bis 7 Uhr morgens -



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Heian I	Heian II	Heian III	Heian IV	Heian V	Tekki I	Heian I-V & Tekki I

**Was:** Gemeinsames Aufwärmen, einfache Grundschule, Kata (siehe oben)  
**Wo:** Dojo des Karatekai Basel, Allschwil  
**Wann:** Sehr früh, täglich, eine Woche lang, jeweils morgens zwischen 6 und 7 Uhr  
**Wer:** Offen für alle Gürtelgrade  
**Anmeldung:** Nicht erforderlich; Rückfragen im regulären Training oder unter 079 - 79 352 79