



SHITO-RYU SHUKOKAI KARATEDO WIEN

Trainingsplan Karate & Iaido



Oktober 2025

Tag	Datum	Mo, Fr 18:30 - 20:00 Allg. Kl.		Mi 19:00 - 20:30 Allg. Klasse	So 10:00 - 11:00 ZOOM	So 17:00 - 19:00 IAIDO	Abwesenheit / Anmerkung
Mi.	01.10.2025			WH			
Do.	02.10.2025						
Fr.	03.10.2025	HP					
Sa.	04.10.2025						
So.	05.10.2025				PG	WH	
Mo.	06.10.2025	CC					
Di.	07.10.2025						
Mi.	08.10.2025			PG			
Do.	09.10.2025						
Fr.	10.10.2025	HP					
Sa.	11.10.2025						
So.	12.10.2025				PG	WH	
Mo.	13.10.2025	WH					
Di.	14.10.2025						
Mi.	15.10.2025			PG			
Do.	16.10.2025						
Fr.	17.10.2025	HP					
Sa.	18.10.2025						
So.	19.10.2025				PG	WH	
Mo.	20.10.2025	WH					
Di.	21.10.2025						
Mi.	22.10.2025			AJ			
Do.	23.10.2025						
Fr.	24.10.2025	HP					
Sa.	25.10.2025						
So.	26.10.2025				PG	WH	
Mo.	27.10.2025	CC					
Di.	28.10.2025						
Mi.	29.10.2025			GB			
Do.	30.10.2025						
Fr.	31.10.2025	HP					

Kata des Monats: ANF: XXX, FORTGESCHR: XXX

NAME	Code
Thomas HAUSNER, 8. Dan	TH
Anton FREUDENSPRUNG, 6. Dan	AT
Andreas JERICHA, 6. Dan	AJ
Gayle BERRY-ZÖCHBAUER, 5. Dan	GB
Klaus WINKLER, 5. Dan	KW
Walter HERBECK, 5. Dan	WH
Philipp GRAF, 5. Dan	PG
Christoph CHWALKO, 5. Dan	CC
Helmut PFEFFER, 5. Dan	HP
Bettina VARGA, 3. Dan	BV
Internat. SSWU Trainer	SSWU

ERWACHSENENTRAINING: ab 16. Lebensjahr
Allgemeine Klasse: alle Graduierungen;
Anfänger: 8.-6. Kyu (weiß-grün)
Fortgeschrittenen-Training: 5. Kyu - Dan (blau - schwarz)
Dan-Training: 1. Kyu - Dan (3. braun - schwarz)
Mo & Fr (18:30 - 20:00): Karate Allg. Klasse
Mi (19:00 - 20:00 bzw 20:30): Karate allg. Klasse
So (10:00 - 11:00): ZOOM Training, Allg. Klasse, Internat. Trainer
IAIDO (So 17:00 - 19:00): 15 -99 Jahre, alle Graduierungen

