



## SHITO-RYU SHUKOKAI KARATEDO WIEN

### Trainingsplan Karate & Iaido



**Juni 2026**

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
Mo.	01.06.2026	CC					Fronleichnam
Di.	02.06.2026						
Mi.	03.06.2026			PG			
Do.	04.06.2026						
Fr.	05.06.2026	HP					
Sa.	06.06.2026						
So.	07.06.2026				PG	WH	
Mo.	08.06.2026	WH					
Di.	09.06.2026						
Mi.	10.06.2026			GB			
Do.	11.06.2026						
Fr.	12.06.2026	KW					
Sa.	13.06.2026						
So.	14.06.2026				PG	WH	
Mo.	15.06.2026	CC					
Di.	16.06.2026						
Mi.	17.06.2026			PG			
Do.	18.06.2026						
Fr.	19.06.2026	HP					
Sa.	20.06.2026						
So.	21.06.2026				PG	WH	
Mo.	22.06.2026	PG					
Di.	23.06.2026						
Mi.	24.06.2026			HP / ev TH			
Do.	25.06.2026						
Fr.	26.06.2026	HP					
Sa.	27.06.2026						
So.	28.06.2026				PG	WH	
Mo.	29.06.2026	HP					
Di.	30.06.2026						

**Kata des Monats:** ANF: Heian Yondan, FORTGESCHR: Seipai

**Kumite:** Technik-Kombinationen mit Wurfeingängen

NAME	Code
Thomas HAUSNER, 8. Dan	TH
Anton FREUDENSBRUNG, 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, 4. Dan	HP
Bettina VARGA, 3. Dan	BV
Internat. SSWU Trainer	SSWU

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

