

## Tag der offenen Tür 2018 im Kempokan Dojo

Start	Ende	Alter	Wer/Was ?	Dauer (ca.)
10.00	10.45	alle	<b>Eröffnung: Klangmeditation</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 - 45 min.
10.45	11.15	7-10 Jahre	<b>Kampfkunst für Kinder</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 min.
11:15	11.45	11-16 Jahre	<b>Shaolin Kempo Jugend</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 min.
12.00	12.30	11-16 Jahre	<b>Jiu Jitsu Jugend</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 min.
13.00	13.30	Vorschulalter	<b>Kampfkunst und Selbstbehauptung für Kinder</b>  Mitmachprogramm	30 min.
13.45	14.30	ab 16 Jahre	<b>Philippinische Kampfkunst Kali, Arnis, Eskrima</b>  Vorführung und Mitmachprogramm	30 - 45 min.
14.30	15.15	ab 16 Jahre	<b>Moderne Selbstverteidigung für Frauen &amp; Männer</b>  Mitmachprogramm	30 - 45 min.
15:15	15:45	ab 16 Jahre	<b>Shaolin Kempo Erwachsene</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 - 45 min.
15.45	16.30	ab 16 Jahre	<b>Jiu Jitsu Erwachsene</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 - 45 min.
16.45	17:30	ab 16 Jahre	<b>Taijiquan &amp; Qigong</b> Vorführung und Mitmachprogramm	30 - 45 min