

Stundenplan EWTO Akademie Bern

Disziplin	Zeit	Ausbilder/in	translation missing: en.pdf.info
-----------	------	--------------	----------------------------------

Monday

WingTsun	19:30 - 21:00	Sifu Christoph Pfister	WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme)
----------	---------------	------------------------	--

Tuesday

WingTsun	09:30 - 11:45	Sifu Christoph Pfister	Kleingruppenunterricht: WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme) Kosten: 100.- (Barzahlung) Es können nach Absprache Prüfungen auf alle SchülerInnengrade abgelegt werden (Prüfungsgebühr: 40.-)
WingTsun-Running	12:15 - 13:15	Sifu Christoph Pfister	Trailrunning im Bremgartenwald: Geschickte Fussarbeit braucht es für unfallfreies Lauftraining und kann jeden Dienstag in unserem Laufftreff von Swiss-Athletics trainiert werden! Jeden letzten Dienstag im Montag beginnt der Trail an der Endstation Köniz-Schliern über Ulmizberg - Gurten (TwinTowers) und endet im Liebefeld Park.
Zwergen-WingTsun	15:45 - 16:30	Sifu Christoph Pfister	Gruppe STERNI (4 bis 7jährige Mädchen und Knaben)
KidsWingTsun	16:45 - 17:45	Sifu Christoph Pfister	Gruppe PANDA (6 bis 12jährige Mädchen und Knaben)
WingTsun	18:30 - 20:00	Sifu Christoph Pfister	WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme)

Wednesday

WingTsun	10:30 - 11:30	Sifu Christoph Pfister	Sen-WingTsun für Menschen ü60
WingTsun	12:15 - 13:45	Sifu Christoph Pfister	WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme)
KidsWingTsun	14:30 - 15:30	Sifu Christoph Pfister	Gruppe DELPHIN (6 bis 12jährige Mädchen und Knaben)
Zwergen-WingTsun	15:45 - 16:30	Sifu Christoph Pfister	Gruppe OKTI (4 bis 7jährige Mädchen und Knaben)

KidsWingTsun	16:45 - 17:45	Sifu Christoph Pfister	Gruppe ÄFFLI (6 bis 12jährige Mädchen und Knaben)
WingTsun-Running	18:30 - 19:30	Sifu Christoph Pfister	<p>Lauftraining geleitet durch es-Leiter Running (Lauftreff Swiss Athletics)</p> <p>EinsteigerInnen und ambitionierte HobbyläuferInnen kommen gleichermassen auf ihre Rechnung. Jeden ersten Mittwoch im Monat: LongJog auf dem Bremerloop violett (Kurzstrecke bis Bethlehem)</p>

Thursday

ChiKung	18:00 - 19:00	Sifu Christoph Pfister	WingTsun-ChiKung und Gesundheitstraining für Erwachsene (auch NeueinsteigerInnen sind herzlich willkommen: Probetraining abmachen!)
WingTsun	19:15 - 20:45	Sifu Christoph Pfister	WingTsun "Hongkong-Style" (alle Programme)

Friday

Zwergen-WingTsun	15:45 - 16:30	Sifu Christoph Pfister	Gruppe SCHNACK (4 bis 7jährige Mädchen und Knaben)
KidsWingTsun	16:45 - 17:45	Sifu Christoph Pfister	Gruppe WOLF (6 bis 12jährige Mädchen und Knaben)
WingTsun	18:00 - 19:30	Sifu Christoph Pfister	<p>WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme)</p> <p>Die Jugendgruppe findet gleichzeitig statt und wird während der Schulzeit von einer/einem Jugendgruppen-AusbilderIn geleitet.</p>
Escrima	20:00 - 21:30	Sifu Christoph Pfister	Escrima und Selbstverteidigung gegen Waffen (alle Programme)

Saturday

WingTsun	09:30 - 11:45	Sifu Christoph Pfister	<p>monatlicher Kleingruppenunterricht (Daten finden sich unter: www.wingtsun.ch/bernnord/posts/129)</p> <p>WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme)</p> <p>Kosten: 100.- (Barzahlung)</p> <p>Es können nach Absprache Prüfungen auf alle SchülerInnengrade abgelegt werden (Prüfungsgebühr: 40.-)</p>
----------	---------------	------------------------	---

Escrima	13:15 - 15:30	Sifu Christoph Pfister	Escrima und Selbstverteidigung gegen Waffen (alle Programme) monatlicher Kleingruppenunterricht (Daten finden sich unter: www.wingtsun.ch/bernnord/posts/129) Kosten: 80.- (Barzahlung)
---------	---------------	------------------------	---