

Stundenplan EWTO-Schule Bern Nord

Disziplin	Zeit	Instruktor	Info
-----------	------	------------	------

Montag

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

Dienstag

WingTsun	09:30 - 11:45	Sifu Christoph Pfister	Kleingruppenunterricht: WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme) Kosten: 80.- (Barzahlung) Es können nach Absprache Prüfungen auf den 1., 2., 3., 5. 7., 9. und 11. SchülerInnengrad abgelegt werden (Prüfungsgebühr: 40.-)
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)

Mittwoch

WingTsun	10:30 - 11:30	Sifu Christoph Pfister	Sen-WingTsun für Menschen ü40
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	4 bis 6jährige 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	Lauftraining geleitet durch es-Leiter Running (Lauftreff Swiss Athletics) EinsteigerInnen und ambitionierte HobbyläuferInnen kommen gleichermassen auf ihre Rechnung

Donnerstag

ChiKung	18:00 - 19:00	Sifu Christoph Pfister	WingTsun-ChiKung und Gesundheitstraining für Erwachsene (auch NeueinsteigerInnen sind herzlich willkommen: Probetraining abmachen!)
WingTsun	19:30 - 21:00	Sifu Christoph Pfister	WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme)

Freitag

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

Samstag

WingTsun	09:30 - 11:45	Sifu Christoph Pfister	monatlicher Kleingruppenunterricht (Daten finden sich unter: www.wingtsun.ch/bernnord/posts/129) WingTsun und Selbstverteidigung (alle Programme) Kosten: 80.- (Barzahlung) Es können nach Absprache Prüfungen auf den 1., 2., 3., 5. 7., 9. und 11. SchülerInnengrad abgelegt werden (Prüfungsgebühr: 40.-)
WingTsun für Frauen	09:30 - 11:00	Christine Sieber	zweimonatlich, nur für Frauen (Voraussetzung: Mitgliedschaft in der EWTO) Daten siehe www.wingtsun.ch/bernnord/posts/
Fit WingTsun	09:30 - 11:00	Colin Haldemann	FightFit: dreimonatlicher Zusatzunterricht für alle, die Spass an kämpferischem Konditionstraining haben. Für EWTO-Mitglieder.

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)
---------	---------------	------------------------	---