

Zeitplan für die Landesseniorenspiele am 22. September 2018 im Sportzentrum Schletterstraße in Groitzsch

10.00 Uhr	Eröffnung
10.30 Uhr bis 12.00 Uhr	Tai Chi Iaido (Schwert) BJJ (Bodenkampf) Kata / Formen
12.00 Uhr bis 12.30 Uhr	Pause
12.30 Uhr bis 14.00 Uhr	Kata / Formen / BJJ Selbstverteidigung Senioren Iaido (Schwert)
14.30 Uhr bis 16.00 Uhr	Kali (Stock und Messerkampf)
15.30 Uhr bis 17.00 Uhr	Tai Chi / Gesundheitssport und Entspannungsübungen
15.00 Uhr bis 17.00 Uhr	Kata / Formen / BJJ Training oder Wettkampf