

# Horsens Shotokan Karate

## Holdplan 2. halvår 2026

| Kl.   | Mandag                                                                       |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                              |
| 17:00 | <b>Minikarate</b><br><b>Børn begynder - 5 til 7 år (+forældre)</b><br>Tina   |
| 17.55 |                                                                              |
| 18:00 | <b>JH4 - Børn - 6 til 13 år</b><br>(10 - 9. kyu)<br>Tina / Aya               |
| 18.55 |                                                                              |
| 19:00 | <b>SH1 - Voksne 10 - 2 kyu (14+)</b><br><b>Kata</b><br>Jan / Dennis C. / Kim |
| 20.00 |                                                                              |

| Kl.   | Tirsdag                                              |
|-------|------------------------------------------------------|
|       |                                                      |
| 17:00 | <b>JH3 - Junior</b><br>(8 - 7.kyu)<br>Tina / Sofia   |
| 17.55 |                                                      |
| 18:00 | <b>JH2 - Junior</b><br>(4 - 6.kyu)<br>Jesper         |
| 18.55 | <b>JH1 - Junior</b><br>(3 - 1.kyu)<br>Iris / Emmelie |
| 19:00 | <b>Talent &amp; elite - Kumite</b><br>Emmelie        |
| 21.00 |                                                      |

| Kl.   | Onsdag                                                                               |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                                      |
| 17:00 | <b>JH5 - Junior</b><br><b>Børn begynder - 8 til 13 år</b><br>Dennis C. / Henrik      |
| 17.55 |                                                                                      |
| 18:00 | <b>SH1 - Voksne 10 - 2 kyu (14+)</b><br><b>Kihon &amp; Kumite</b><br>Kenny / Camilla |
| 18.55 |                                                                                      |
| 19:00 | <b>DH1</b><br>1.kyu og dangrader<br>Jean / Niels                                     |
| 20.15 |                                                                                      |

| Kl.   | Torsdag                                                |
|-------|--------------------------------------------------------|
|       |                                                        |
| 17:00 | <b>JH3 - Junior</b><br>(8 - 7.kyu)<br>Dannie / Phillip |
| 17.55 |                                                        |
| 18:00 | <b>JH2 - Junior</b><br>(6 - 4.kyu)<br>Vega / Isabella  |
| 18.55 |                                                        |
| 19:00 | <b>JH1 - Junior</b><br>(3 - 1.kyu)<br>Dennis S         |
| 20.00 |                                                        |

| Kl.   | Fredag                                                    |
|-------|-----------------------------------------------------------|
|       |                                                           |
| 16.55 | <b>Karate Kitz</b><br><b>Kumite under 15 år</b><br>Iris   |
| 17.55 | <b>Karate Kitz</b><br><b>Kata under 15 år</b><br>Victoria |
| 18:00 | <b>Kata ekstra (15 år+)</b><br>Niels                      |
| 19.30 |                                                           |
|       |                                                           |

| Kl. | Lørdag                                                                                       |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | <b>Selvtræning:</b><br>Der vil blive informeret på HSK Facebook gruppe hvis klubben er åben. |
|     |                                                                                              |
| Kl. | Søndag                                                                                       |
|     | <b>Selvtræning:</b><br>Der vil blive informeret på HSK Facebook gruppe hvis klubben er åben. |
|     |                                                                                              |