

## Zeitplan Vorbereitung EM 2023

Datum	Vorbereitungsphase/Event	Ort
<b>01.05.-19.05.2023</b>	<b>Übergangsphase Schwerpunkt Regeneration/Motivationsaufbau</b>	
<b>20.05.-26.07.2023</b>	<b>Vorbereitungsphase Schwerpunkt Athletik/Einzeltechnik</b>	
20.05.-21.05.2023	Seminar 4 Basis	Obertraun
11.06.2023	Staatsmeisterschaften	Graz
<b>27.07.-22.09.2023</b>	<b>Vorbereitungsphase Schwerpunkt Athletik/Technik Poomsae</b>	
27.07.-30.07.2023	EM-Vorbereitungslehrgang 1	
26.08.-27.08.2023	EM-Vorbereitungslehrgang 2	Wiesbaden
15.09.-17.09.2023	EM-Vorbereitungslehrgang 3	
<b>23.09.-19.11.2023</b>	<b>Vorbereitungsphase Schwerpunkt Präsentation Poomsae</b>	
07.10.2023	Croatia Open	
13.10.-15.10.2023	EM-Vorbereitungslehrgang 4	
29.10.2023	Österreichische Meisterschaften	Oberndorf
01.11.-05.11.2023	EM-Vorbereitungslehrgang 5	
17.11.-19.11.2023	EM-Vorbereitungslehrgang 6	
24.11.-26.11.2023	Europameisterschaften	Innsbruck