

Capoeiragem lübsch 2025 – Programm / programação

05.09.2025 Freitag / Sexta-feira

19:00 – 21:00	Training + Eröffnungsroda <i>Treino e roda de bem-vindo</i>	
ab 21:00	Abendessen <i>Jantar</i>	

06.09.2025 Samstag / Sábado

	Erwachsene <i>Adultos</i>	Kinder <i>Crianças</i>
08:30 – 09:30	Frühstück <i>Café de manhã</i>	
09:30 – 10:00	gemeinsames Aufwärmen <i>Aquecimento + Alongamento</i>	
10:00 – 11:00	Training 1 – Halle unten <i>Aula 1 – sala de baixo</i>	Kindertraining 1 – Halle oben <i>Aula por crianças 1 – sala de cima</i>
11:00 – 12:00	Training 2 – Halle unten <i>Aula 2 – sala de baixo</i>	Kindertraining 2 – Halle oben <i>Aula por crianças 2 – sala de cima</i>
12:00 – 12:30	gemeinsame Roda <i>Roda</i>	
12:30 – 13:30	Mittagsbuffet <i>Almoço</i>	
13:30 – 14:30	Aufwärmen + gemeinsame Roda <i>Aquecimento + Roda</i>	
14:30 – 17:00	Kordelzeremonien für Kinder und Erwachsene + Formatura <i>Batizado + Troca de corda + Formatura</i>	
17:00 – 21:00	Pause + Abendessen <i>Pausa + jantar</i>	
ab 21:00	Party auf der Altstadtinsel <i>Festa no centro</i>	<i>Sachers Café & Restaurant</i> <i>Hüxterdamm 14</i>

07.09.2025 Sonntag / Domingo

	Erwachsene <i>Adultos</i>	Kinder <i>Crianças</i>
09:30 – 10:30	Frühstück <i>Café de manhã</i>	
10:30 – 12:30	Capoeira-Straßenumzug + Straßenroda in der Innenstadt <i>Desfile de capoeira + roda na rua no centro</i>	
12:30 – 13:30	Training 1 – Halle unten <i>Aula 1 – sala de baixo</i>	Kindertraining 1 – Halle oben <i>Aula por crianças 1 – sala de cima</i>
13:30 – 14:30	Mittagsbuffet <i>Almoço</i>	
14:30 – 16:00	Training 2 + Abschiedsroda – Halle unten <i>Aula 2 + Roda de partida – sala de baixo</i>	

Blau: Erwachsene, Gelb: Kinder, Grün: alle, Grau: Pausen (alle)