

Trainingsplan Taekwondo Erwachsene

ab Oktober 2018

Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Halle
Montag	19:00 - 20:00	Taekwondo Jugendl./Erwachsene alle Graduierungen	Erdgeschosshalle
Mittwoch	19:00 - 20:00	Taekwondo Jugendliche/Erwachsene Anfänger bis grün-blau	Erdgeschosshalle
Freitag	19:00 - 20:30	Taekwondo Jugendl./Erwachsene alle Graduierungen	obere Halle

Trainingsplan Ju Jutsu Erwachsene

ab Oktober 2018

Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Halle
Dienstag	18:30 - 20:00	Ju Jutsu Jugendliche und Erwachsene alle Gürtelstufen	Erdgeschosshalle
Donnerstag	18:30 - 20:00	Ju Jutsu Jugendliche und Erwachsene alle Gürtelstufen	Erdgeschosshalle