

## Trainingsplan Taekwondo Kinder/Jugendliche/Erwachsene

ab Oktober 2018

Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Halle
Montag	14:15 - 14:45	Minidrachen 1 Anfängerkurs Kinder (2 -3 Jahre)	untere Halle
	15:00 - 15:30	Minidrachen 2 Anfängerkurs (4-6 Jahre)	untere Halle
	15:30 - 16:15	Minidrachen 3 weiß-blau/weiß-schwarz	untere Halle
	16:15 - 17:00	Taekwondo Anfänger	untere Halle
	17:00 - 18:00	Taekwondo gelb/gelb-grün	Erdgeschosshalle
	17:15 - 18:00	Minidrachen 3 schwarz-weiß, schwarz-grün, schwarz-blau, schwarz-rot	untere Halle
	18:00 - 19:00	Taekwondo grün/grün-blau/blau	untere Halle
	18:00 - 19:00	Taekwondo ab blau-rot	Erdgeschosshalle
	19:00 - 20:00	Taekwondo Jugendl./Erwachsene alle Graduierungen	Erdgeschosshalle
Dienstag	16:45 - 17:30	Minidrachen 3 weiß-schwarz, schwarz-weiß, schwarz-grün, schwarz-blau, schwarz-rot	untere Halle
	17:30 - 18:15	Taekwondo gelb/gelb-grün/grün/grün-blau/blau	untere Halle
	18:15 - 19:15	Taekwondo ab blau-rot	untere Halle
Mittwoch	14:15 - 14:45	Minidrachen 1 Anfängerkurs (2 -3 Jahre)	untere Halle
	14:50 - 15:20	Minidrachen 1 Anfängerkurs (2 -3 Jahre)	untere Halle
	15:25 - 15:55	Minidrachen 1 Anfängerkurs (2 -3 Jahre)	untere Halle
	16:00 - 16:45	Minidrachen 3 weiß-blau/weiß-schwarz	untere Halle
	16:45 - 17:30	Minidrachen 3 schwarz-weiß, schwarz-grün, schwarz-blau, schwarz-rot	untere Halle
	17:30 - 18:15	Taekwondo gelb/gelb-grün	untere Halle
	18:15 - 19:00	Taekwondo grün/grün-blau/blau	untere Halle
	18:00 - 19:00	Taekwondo Jugendliche/Erwachsene	obere Halle
	19:00 - 20:00	Taekwondo Jugendliche/Erwachsene Anfänger bis grün-blau	Erdgeschosshalle
	19:00 - 20:00	Taekwondo ab blau-rot	obere Halle
	19:00 - 20:00	Taekwondo Jugendliche/Erwachsene ab blau	obere Halle
Donnerstag	15:15 - 16:00	Minidrachen 3 schwarz-weiß, schwarz-grün, schwarz-blau, schwarz-rot	untere Halle
	16:00 - 16:45	Minidrachen 2 weiß-orange/weiß-grün	untere Halle
	16:45 - 17:30	Taekwondo gelb/gelb-grün	untere Halle
	17:30 - 18:15	Taekwondo grün/grün-blau/blau	untere Halle
	18:15 - 19:00	Taekwondo Kinder blau-rot/rot/braun	untere Halle
	19:00 - 20:00	Taekwondo Kinder/Jugendliche/Erwachsene Schwarzgurt-Training	untere Halle
Freitag	14:15 - 14:45	Minidrachen 1 Anfängerkurs Kinder (2 -3 Jahre)	untere Halle
	15:00 - 15:30	Minidrachen 2 Anfängerkurs (4-6 Jahre)	untere Halle
	15:30 - 16:15	Minidrachen 2 weiß-orange/weiß-grün	untere Halle
	16:15 - 17:00	Taekwondo Anfänger	untere Halle
	17:00 - 18:00	Taekwondo grün/grün-blau/blau	obere Halle
	17:15 - 18:00	Minidrachen 3 (weiß-blau/weiß-schwarz/schwarz-gelb/schwarz-grün/schwarz-blau/schwarz-rot)	untere Halle
	18:00 - 19:00	Taekwondo ab blau-rot	obere Halle
	18:00 - 19:00	Taekwondo gelb/gelb-grün	untere Halle
	19:00 - 20:00	Taekwondo Eltern-Einsteigerkurs Anfänger	untere Halle
	19:00 - 20:30	Taekwondo Jugendl./Erwachsene alle Graduierungen	obere Halle

## Trainingsplan Ju Jutsu Mini Samurai/Kinder/Erwachsene

ab Oktober 2018

Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Halle
Dienstag	17:30 - 18:30	Ju Jutsu Schüler 2	Erdgeschosshalle
	18:30 - 20:00	Ju Jutsu Jugendliche und Erwachsene alle Gürtelstufen	Erdgeschosshalle
Mittwoch	16:45 - 17:30	Ju Jutsu Mini Samurai Kindergartenkinder	Erdgeschosshalle
Donnerstag	17:30 - 18:30	Ju Jutsu Schüler 1	Erdgeschosshalle
	18:30 - 20:00	Ju Jutsu Jugendliche und Erwachsene alle Gürtelstufen	Erdgeschosshalle
Freitag	16:00 - 16:45	Ju Jutsu Mini Samurai Kindergartenkinder	Erdgeschosshalle
	17:00 - 17:45	Ju Jutsu Anfänger bis gelb	Erdgeschosshalle
	17:45 - 18:45	Ju Jutsu Schüler 1+2 bis gelb	Erdgeschosshalle