**TAI-DO TRAININGSPLAN**

**Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag Samstag**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **17.00 -18.00 Uhr**  **AB 7 JAHRE**  **Karate Kinder** | **16.30-17.30 Uhr**  **Ab7Jahre**  **Jiu-Jitsu Kinder** | **16.30 -17.30 Uhr**  **Bonsai-Kids**  **von 4-7 Jahre** | **16.30-17.30 Uhr**  **Ab 7 Jahre**  **Jiu-Jitsu Kinder** | **17.00 – 18.00 Uhr**  **Ab 7 Jahre**  **Karate Kinder** | **Sondertraining wird durch Aushang bekannt gegeben**  **Personal Training**  **Intensiv- & Talentförderung**  **Prüfungs- & M Meisterschaftsvorbereitung**  **S Showtraining**  **L Lehrgänge, Seminare &**  **Meisterschaften** |
| **18.15 – 19.15 Uhr**  **Ab 8 Jahre**  **Kickboxen Junioren** | **18.45 – 19.45 Uhr**  **11 bis 15 Jahre**  **Jiu-Jitsu Junioren** | **17.45 – 18.45 Uhr**  **Ab 8 Jahre**  **Kickboxen**  **Junioren** | **17.45 – 18.45Uhr**  **11 bis 15 Jahre**  **Jiu-Jitsu Junioren** | **18.15 – 19.15 Uhr**  **11 bis 15 Jahre**  **Jiu – Jitsu &**  **Karate** |
| **19.30 -20.3ß Uhr**  **Ab 14 Jahre**  **Anti-Terror**  **Kampf SV.** | **19.00 – 20.30Uhr**  **AB 14 JAHRE**  **Kick-Boxen**  **Erw.** | **19.00- 20.00 Uhr**  **Ab 14 Jahre**  **Karate &**  **Jiu - Jitsu** | **19.00- 20.30Uhr**  **Ab 14 Jahre**  **Kick-Boxen**  **ERW** | **19.30 \_ 20.30.00 Uhr**  **Anti – Terror**  **Kampf SV.** |
| **d6162d5bf3d2a9b5eac3a6fcf79ac2a9.gif** | **Freies**  **Training** | **Tai_Do_Buende_02.JPG** | **Freies**  **Training** | **jiu 1.jpg** |