**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** |