

TRAININGSPLAN AB 10.8.2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10.00 - 11.00			Erwachsene Taichi & Qgiong		
12.15 - 13.15		Erwachsene Taekwondo		Erwachsene Meditation/Pranayama	Erwachsene Taekwondo
17.30 - 18.30	Kinder weiss und alle Gelb Gürtel Taekwondo	18.00 - 19.00 Erwachsene Taichi & Qgiong	Kinder Alle Kinder Pratzen Training Taekwondo	18.00 - 19.00 Erwachsene Hatha Yoga	Kinder weiss und alle Gelb Gürtel Taekwondo
18.30 - 19.30	Kinder Blau bis Schwartz Gürtel Taekwondo		18.30 - 20.30 Erwachsene Alle Grade Taekwondo		Kinder Blau bis Schwartz Gürtel Taekwondo
19.30-21.15	Erwachsene Alle Grade Taekwondo				Erwachsene Alle Grade Taekwondo