

Geänderte Trainingszeiten ab 06.07.2020 !!

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Inhalt
Montag:	18:00 – 19:25 Uhr	Kinder + Jugend (bis 13 J.) alle Gürtel	Koordination, Kondition, Technik, Selbstverteidigung
	19:35 – 21:00 Uhr	Jugend (ab 14 J.) + Erwachsene alle Gürtel	alle Disziplinen
Mittwoch:	18:00 – 19:25 Uhr	Kinder + Jugend (bis 13 J.) Anfänger	alle Disziplinen
	19:35 – 21:00 Uhr	Jugend (ab 14 J.) + Erwachsene alle Gürtel	alle Disziplinen
Donnerstag:	17:30 – 19:00 Uhr	Kinder + Jugend + Erwachsene	Vollkontakt + Poomsae