

# UNTERRICHTSPLAN



Zeit	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	Freitag
9.00 – 10.00	Taekwondo Erwachsene und Jugendliche		Taekwondo Erwachsene und Jugendliche		
10.30 – 11.30			QiGong		
16.00 – 16.45	Taekwondo Little Dragons Kinder (4-6 Jahre)		Taekwondo Little Dragons Kinder (4-6 Jahre)		
17.00 – 17.45	Taekwondo Tiger Kids Kinder (7-12 Jahre) <i>Weiss-Orange/Grüngurt</i>		Taekwondo Tiger Kids Kinder (7-12 Jahre) <i>Weiss-Orange/Grüngurt</i>		
18.00 – 18.45	Taekwondo Power-Kids <i>ab Grüngurt</i>	Taekwondo Erwachsene, Jugendliche, Eltern mit Kind	Taekwondo Erwachsene und Jugendliche	Taekwondo Power-Kids <i>ab Grüngurt</i>	
19.00 – 20.00	Fit-Kickboxen Erwachsene und Jugendliche	19.30 – 20.30 QiGong	19.15 – 20.15 Fit-Kickboxen Erwachsene und Jugendliche	Taekwondo Erwachsene und Jugendliche	

An gesetzlichen Feiertagen kein Unterricht. Während der Ferien gilt ein separater Trainingsplan.

