

# Sporttempel-Gt Trainingsplan

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
16:45-17:45	Tae Kwon Do 1. Gruppe		Tae Kwon Do 1. Gruppe				
17:45-18:45	Tae Kwon Do 2. Gruppe	Kinder Kickboxen 6-11Jahre	Tae Kwon Do 2. Gruppe	Kinder Kickboxen 6-11Jahre			
19:00-20:00	Kickboxen ab 12 Jahre	Lady- Kickboxen	Kickboxen ab 12 Jahre	Lady- Kickboxen	Freies Training Kickboxen ab 12 Jahre		