

Trainingsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch
	18-19 Uhr <u>Ina</u> Zumba-Fitness	
19-20 Uhr <u>Ljuba</u> Stepp-Aerobic		19-20 Uhr <u>Christian</u> TKD Technik Kicktraining
20-21.00 Uhr <u>Markus</u> TKD Formen Erwachsene		20-21 Uhr <u>Markus, Hassan</u> Wettkampftraining (KB)

Kampfkunstschule Tollyo

Donnerstag	Freitag	Samstag
		12-13 Uhr <u>Selina</u> TKD Kinder Anfänger
		13-14 Uhr <u>Selina</u> TKD Kinder Fortg.
		14-15 Uhr <u>jeder für sich</u> Wettkampftraining
16-17 Uhr <u>Selina</u> TKD Kinder Anfänger		
17-18 Uhr <u>Selina</u> TKD Kinder Fortg.	18-19 Uhr <u>Jörg</u> P&EH Hapkido SV	
18-19 Uhr <u>Ina</u> Zumba-Fitness	19-20 Uhr <u>Hassan</u> Kondition, Kicktraining	
	20-21 Uhr <u>Markus, Tjorben</u> Wettkampftraining (KB)	

Kursangebote von :
Infos holen da eigenständige Kurse Janina oder Ina !!!
(Änderungen sind Vorbehalten!)