

Taekwondo GSC - Trainingsplan

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:15 – 10:45				ERWACHSENE Anfänger und Fortgeschrittene Gabi <i>Gymnastiksaal</i>	
15:00 – 15:30				6-8 JAHRE Anfänger Gabi Gymnastiksaal	9-11 JAHRE Anfänger Andreas <i>Gymnastiksaal</i>
15:30 – 16:00					
16:00 – 16:30			9-11 JAHRE Fortgeschrittene Andreas Judoraum		9-11 JAHRE Fortgeschrittene Andreas <i>Gymnastiksaal</i>
16:30 – 17:00					
17:00 – 17:30					9-11 JAHRE Fortgeschrittene Andreas <i>Gymnastiksaal</i>
17:30 – 18:00					
18:00 – 19:30	GRUNDLAGEN- UND ANFÄNGERTRAINING ab 10. Kup, ab 16 J. Gabi <i>Gymnastiksaal</i>	JUGEND Fortgeschrittene Basti <i>Gymnastiksaal</i>		JUGEND Fortgeschrittene Basti <i>Gymnastiksaal</i>	
19:30 – 21:00		ERWACHSENE Fortgeschrittene Alexander <i>Gymnastiksaal</i>		ERWACHSENE Fortgeschrittene Klaus <i>Gymnastiksaal</i>	

Jugend = ab 12 Jahre

10. Kup = Weiß-Gurt, 8. Kup = Gelb-Gurt

Anfänger = 10. – 9. Kup; Fortgeschrittene = ab 8. Kup

In den Schulferien findet in der Regel kein Training statt. Falls doch, wird dies im Training bekannt gegeben.

Sondertraining für Prüfungen und Turniere findet freitags von 18.00 bis 19.30 und sonntags von 11.00 bis 13.00 Uhr nach Absprache statt.

Stand: 22.10.2018