

# Online Taekwondo Trainingsplan

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:00					
8:15					
8:30					
8:45					
9:00					09:00-10:30 <b>Taekwondo</b> Training ab 6 Jahre
9:15					
9:30					
9:45					
10:00					
10:15					
10:30					
10:45					
11:00					
11:15					
11:30					
11:45					
12:00					
12:15					
12:30					
12:45					
13:00					
13:15					
13:30					
13:45					

**Alle Trainingseinheiten  
finden Online statt!**

# Online Taekwondo Trainingsplan

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00	15:00-15:45				
15:15	<b>Taekwondo</b>				15:15-16:15
15:30	Bambini 3-5 Jahre				<b>Taekwondo</b>
15:45					Kinder 6-9 Jahre
16:00	16:00-17:00		16:00-16:45		
16:15	<b>Taekwondo</b>		<b>Taekwondo</b>		
16:30	Kinder 6-9 Jahre		Bambini 3-5 Jahre		
16:45					
17:00			17:00-18:00		16:45-18:00
17:15	17:15-18:30		<b>Taekwondo</b>		<b>Taekwondo</b>
17:30	<b>Taekwondo</b>	17:30-18:45	Kinder 6-9 Jahre	17:15-18:45	Jugendliche
17:45	Jugendliche	<b>Taekwondo</b>		Freestyle/ Turnen	10-14 Jahre
18:00	10-14 Jahre	Leistungstraining		Alle ab 8. Kup	
18:15		Kyorugi			
18:30			18:15-19:30		
18:45			<b>Taekwondo</b>		
19:00			Leistungstraining		
19:15		19:00 - 20:30	Poomsae	19:00 - 20:30	
19:30		<b>Taekwondo</b>		<b>Taekwondo</b>	
19:45		Erwachsene 2		Erwachsene 2	
20:00		Ab 15 Jahre	19:45-21:15	Ab 15 Jahre	19:45-21:15
20:15			<b>Taekwondo</b>		<b>Taekwondo</b>
20:30			Erwachsene 1		Erwachsene 1
20:45			Ab 15 Jahre		Ab 15 Jahre
21:00					