

# Karate Trainingsplan

Stand 8.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					Workshops
					Lehrgänge
					siehe
					Veranstaltungen
17.30 - 19.00 Kinder/Erw. Anfänger <u>ASS</u>	17.15 - 18.45 Kinder/Erw. Kleingruppe <u>KDK</u>	18.00 - 19.30 Eltern/ Kind Anfänger JPS		17.00 - 18.15 Fitness Gesundheit <u>GAE</u>	
19.00 - 21.45 Erwachsene Fortgeschritten. <u>ASS</u>		19.30 - 22.00 Erwachsene Fortgeschritten. <u>JPS</u>	20.15 -22.00 Erwachsene Fortgeschritten. <u>WLS</u>	18.15 - 20.00 Erwachsene Kinder ab 12 <u>GAE</u>	