

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15:30						10:30-12:00 Kampfttraining Leistungsgruppe 12:00 - 13:30 freies Training Erwachsene alle Grade
16:30				16:00 - 17:30 Kinder alle Grade ab 17:00 Gelb aufwärts		16:30
17:30	17:00 – 18:30 Jugend Anfänger	17:00 – 18:30 Kampfttraining Kinder Gelb aufwärts		17:30 – 19:00 Jugend Farbgurte Grün-Blau Rot-Schwarz		17:30
18:30	18:30 – 20:00 Farbgurte Rot-Schwarz	19:00 – 20:30 Kampfttraining Jugendliche Erwachsene Leistungs- gruppe	18:30 - 20:00 Jugend Anfänger	19:00 – 20:30 Farbgurte Rot-Schwarz		18:30
19:30						19:30
20:30	20:00 - 21:30 Erwachsene Anfänger bis Farbgurte Grün-Blau		20:00 - 21:30 Erwachsene alle Grade	20:30-22:00 Athletiktraining		20:30

gültig ab 01.11.2017