

Trainingsplan Goju Kan ab 26. April 2021

Montag				
Karate Erwachsene	17.45 – 18.45	grosser Dojo	10 Teilnehmende	mit Maske
Karate aktive Wettkämpfer	17.45 – 18.45	kleiner Dojo	5 Teilnehmende	ohne Maske
Kungfu	18.00 – 19.00	Outdoor	14 Teilnehmende	ohne Maske
Kickboxen U21	19.15 – 20.15	grosser Dojo	12 Teilnehmende	ohne Maske
Krav Maga-Boxen	19.15 – 20.15	kleiner Dojo	7 Teilnehmende	mit Maske
Dienstag				
Qigong	12.15 – 13.00	grosser Dojo	6 Teilnehmende	ohne Maske
Kungfu	17.45 – 18.45	Outdoor/Indoor	14 Teilnehmende	ohne Maske/mit Maske
Taiji	19.15 – 20.15	grosser und kleiner Dojo	10 Teilnehmende	ohne Maske
Mittwoch				
Taiji	09.00 – 10.00	grosser und kleiner Dojo	10 Teilnehmende	ohne Maske
Kungfu Kinder	15.30 – 16.30	grosser Dojo	12 Teilnehmende	ohne Maske
Karate Kinder	16.45 – 17.45	grosser Dojo	12 Teilnehmende	ohne Maske
Taiji	18.00 – 19.00	Outdoor	14 Teilnehmende	ohne Maske
Krav Maga-Boxen/Kickboxing	18.00 – 19.00	grosser Dojo	10 Teilnehmende	mit Maske
Karate	19.15 – 20.15	grosser Dojo	10 Teilnehmende	mit Maske
Donnerstag				
Taiji	09.00 – 10.00	grosser Dojo	6 Teilnehmende	ohne Maske
Taiji	17.45 – 18.45	grosser und kleiner Dojo	10 Teilnehmende	ohne Maske
Kickboxen	18.00 – 19.30	Outdoor	14 Teilnehmende	ohne Maske
Kungfu	19.15 – 20.15	grosser Dojo	10 Teilnehmende	mit Maske
Freitag				
Karate Kinder	16.45 – 17.45	grosser Dojo	12 Teilnehmende	ohne Maske
Karate	18.00 – 19.00	grosser Dojo	10 Teilnehmende	mit Maske
Kickboxen	19.15 – 20.15	grosser Dojo	10 Teilnehmende	mit Maske
Samstag				
Kungfu Kinder	11.00 – 12.00	kleiner Dojo	8 Teilnehmende	ohne Maske
Karate Kinder/U21	11.00 – 12.00	grosser Dojo	12 Teilnehmende	ohne Maske

