

Trainingszeiten MUDO KWAN Sportschule ab 7. September 2020

Werner-von-Siemens-Str. 1, 25479 Ellerau

Telefon: **04106 / 62 63 52**

eMail: **info@mudokwan.de**

Unser Angebot:

- **Lil´Dragon** Kampfsport kombiniert mit Safety- und Life-Skills für Kinder ab 3 Jahre
- **Karate / Taekwondo** für Kinder, Jugend und Erwachsene
- **Kickboxen / Sportkarate** für Kinder, Jugend und Erwachsene
- **Tricking** für Kinder, Jugend und Erwachsene
- **Selbstverteidigung** für Kinder ab 6 Jahre, Jugend und Erwachsene

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
14	30						
	45						
15	00	15.00 LD-Spielzeit	15.00 – 16.00	15.00 LD-Spielzeit	15.00 – 16.00	15.00 LD-Spielzeit	
	15	15.15 – 16.00	Karate (Korean.) Tae Kwon Do Tang Soo Do	15.15 – 16.00	Karate (Korean.) Tae Kwon Do Tang Soo Do	15.15 – 16.00	
	30	Lil´ Dragon		Lil´ Dragon		Lil´ Dragon	
	45	ab 3 Jahre		ab 3 Jahre		ab 3 Jahre	
16	00						
	15	16.15 – 17.15	16.15 – 17.30	16.15 – 17.15	16.15 – 17.30	16.15 – 17.15	
	30	Karate (Korean.)		Karate (Korean.)			Kickboxen
	45	Tae Kwon Do		Tae Kwon Do			Sportkarate
00	Tang Soo Do	Kickboxen	Tang Soo Do	Sportkarate	Selbst- verteidigung Kinder		
17	15						
	30						
	45	17.30 – 18.45	17.45 – 18.45	17.30 – 18.45			
00	Karate (Korean.)	Tricking*		Karate (Korean.)			
18	15	Tae Kwon Do	Freestyle-Training und Akrobatik	Tae Kwon Do			
	30	Tang Soo Do		Tang Soo Do			
	45					18.30 – 20.00	
19	00					Selbst- verteidigung Martial Arts, Nah- kampf und Allkampf	
	15	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30		
	30	Karate (Korean.)		Karate (Korean.)			
	45	Tae Kwon Do		Tae Kwon Do			
00	Tang Soo Do	Kickboxen	Tang Soo Do	Sportkarate			
20	00						
	15						
	30						
	45						
21	00						
	15						
	30						
	45						

Legende:

	* Diese Stunden fallen bei Krankheit bzw. wenn der/die Trainer/in verreist ist oder aus anderen Gründen keinen Unterricht geben kann aus!
	Reguläre Trainingsstunden, die nur ausfallen, wenn besondere Umstände dieses erforderlich machen.
	Es findet kein Unterricht statt, aber man hat die Möglichkeit, sich mit einem Trainingspartner zu verabreden oder z. B. am Sandsack zu üben.
	Die Sportschule ist schon bzw. noch geöffnet, damit ihr Euch zum Training umziehen bzw. nach dem Training duschen könnt.