

# BAEKHO Trainingsplan

body & mind

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00 h	Kids Taekwondo Lv.I	Kids Taekwondo Lv.II		Kids Taekwondo Lv.II (Raum I) Kids Taekwondo Start Up (Raum II)	Kids KungFu
17:00 h	Open Class	Jugend Taekwondo	Little Tigers (3-5 Jahren)	Jugend Taekwondo	Kids Kickboxen (Raum I) Kids Wettkampf (Raum II)
18:00 h	Taekwondo Lv.I	Taekwondo	Kids KungFu/ Kickboxen	Taekwondo	Wettkampf
19:00 h		KungFu	Open Class	Open Class	
20:00 h		Kickboxen (Raum I) Baekho Yoga (Raum II)	Kickboxen	Baekho Yoga	

