

# Trainingsplan - LLz Frankenthal

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Sa/So	
<b>Gemischte Sauna</b>				<b>Gemischte Sauna</b>				<b>Gemischte Sauna</b>			
15.00-16.00	15.00-16.00	15.00-16.00	15.00-16.00	15.00-15.45	15.00-16.00	15.00-16.00	15.00-16.00	15.00-15.45	15.00-16.00	09.00-18.00	09.00-18.00
Dojo 1 n.B.	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 n.B.	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 KARATE BAMBINI HP	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 n.B.	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 KARATE BAMBINI HP	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 reserviert Kader-LG Kata/Kumite nach Termin	Dojo 2 reserviert Kader-LG Kata/Kumite nach Termin
16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	16.00-17.00	09.00-18.00	09.00-18.00
Dojo 1 n.B.	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 n.B.	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 ANFÄNGER Ki+Schü BEGINN 15.08.2018	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 n.B.	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 ANFÄNGER Ki+Schü BEGINN 15.08.2018	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 reserviert B-Trainer nach Termin	Dojo 2 reserviert B-Trainer nach Termin
17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	09.00-18.00	09.00-18.00
Dojo 1 KARATE KATA Förder- gruppe Imola	Dojo 2 n.B.	Dojo 1 KARATE Ki+Schü US ws,ge,or HP	Dojo 2 KARATE Ki+Schü MS ab grün imola / Rabea	Dojo 1 KARATE Ki+Schü US ws,ge,or HP	Dojo 2 KARATE Ki+Schü MS ab grün Rabea	Dojo 1 KARATE Ki+Schü US ws,ge,or HP	Dojo 2 KARATE Ki+Schü MS ab grün imola / Rabea	Dojo 1 KARATE Ki+Schü US ws,ge,or HP	Dojo 2 KARATE Ki+Schü MS ab grün imola	Dojo 1 reserviert C-Trainer nach Termin	Dojo 2 reserviert C-Trainer nach Termin
18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	09.00-18.00	09.00-18.00
Dojo 2 KARATE KUMITE Ki-Schü LSTG 1 Phillip	Dojo 2 KARATE KATA Ki-Schü LSTG 1 Imola	Dojo 2 KARATE Ki+Schü MS Grün HP	Dojo 2 KARATE Ki+Schü OS Violett,Braun imola / Rabea	Dojo 1 KARATE Ki+Schü MS Grün HP	Dojo 1 KARATE Ki+Schü MS Violett,Braun Zoe	Dojo 2 KARATE Ki+Schü MS Grün HP	Dojo 2 KARATE Ki+Schü OS Violett,Braun Phillip	Dojo 1 KARATE Ki+Schü MS Grün HP	Dojo 1 KARATE Ki+Schü MS Violett,Braun Imola	Dojo 1 nach Termin	Dojo 2 nach Termin
19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.30	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	09.00-18.00	09.00-18.00
Dojo 1 KARATE MS/KATA Erwachsene Bille/Markus / Imola	Dojo 2 KARATE KUMITE Jug-Jun-LK LSTG 2 Michl / Aleks	Dojo 1 TAE-BO Kardio Ulli	Dojo 2 KARATE KUMITE Jug-Jun-LK LSTG 2 Michl / Aleks	Dojo 1 KARATE Erwachsene MS Thomas, Hüne HP	Dojo 2 KARATE KATA Ki-Schü LSTG 1 Imola	Dojo 1 TAE-BO Kardio Ulli/ HP	Dojo 2 KARATE KUMITE Jug-Jun-LK LSTG 2 Aleks	Dojo 1 KARATE Erwachsene ALLE Thomas, Hüne HP	Dojo 2 KARATE KATA Jug-Jun-LK LSTG 2 Imola	Dojo 1 nach Termin	Dojo 1 nach Termin
20.00-21.00	20.00-21.00	20.00-21.00	20:30	20.00-21.00	20.00-21.00	20.00-21.00	20:30	20:30	20:30	09.00-18.00	09.00-18.00
Dojo 1 KARATE OS/KATA Erwachsene Peter/Markus Imola/Marijan	Dojo 2 KARATE KATA Jug-Jun-LK LSTG 2 Imola	Dojo 1 SV Thomas Ralf / Chris	n.B.	Dojo 1 KARATE Erwachsene OS Thomas, Hüne HP, Imola	Dojo 2 KARATE KATA Jug-Jun-LK LSTG 2 Imola	Dojo 1 n.B.	n.B.	n.B.	n.B.	Dojo 1 nach Termin	Dojo 2 nach Termin