

TRAININGSPLAN FÜR GROSS ENZERSDORF

Ab 7.Jänner 2019

Zeitraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00 10:30					YOGA	
10:00 11:30				YOGA		Bodywork Fight Fitness <i>Jugendliche Erwachsene</i>
15:00 16:00				YOGA Kinder		
17:30 18:30		TKD <i>Kinder Familie</i>	TKD <i>Kinder Familie</i>	TKD <i>Kinder Familie</i>	TKD <i>Kinder Familie</i>	
18:30 20:00	YOGA	TKD / KB <i>Jugendliche Erwachsene</i>	TKD / KB <i>Jugendliche Erwachsene</i>	Bodywork Fight Fitness <i>Jugendliche Erwachsene</i>	TKD / KB <i>Jugendliche Erwachsene</i>	

TRAININGSPLAN FÜR OBERSIEBENBRUNN

Zeitraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
17:30 18:30	TKD <i>Kinder Familie</i>		TKD <i>Kinder Familie</i>			
18:30 20:00			TKD / KB <i>Jugendliche Erwachsene</i>			

