

Trainingsplan Montag 18. Mai bis Freitag 22. Mai

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17.30-18.00		Weiß+Weißgelbgurte (Prüfungsprogramm) mit Kai			Weiß+Weißgelbgurte (Prüfungsprogramm) mit Julia
18.00-18.30		Gelb+Gelbgrün+Grüngurte (Prüfungsprogramm) mit Lina			Gelb+Gelbgrün+Grüngurte (Prüfungsprogramm) mit Kai
18.30-19.00		Poomsae 4+Technik mit Kai			Poomsae 5+Technik mit Kai