

# TRAININGSPLAN

Gültig ab 31. Januar 2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00					
09:00		<b>Fitness + Kampfkunst</b> Anf. + Fortg. Erwachsene Rottach-Egern 09:00 - 10:00		<b>Functional HIIT</b> Anfänger Erwachsene Rottach-Egern 09:00 - 10:00	
10:00					
15:00					
16:00	<b>Taekwondo</b> 6-9 Jahre Rottach-Egern 15:30 - 16:30	<b>Taekwondo</b> 6-9 Jahre Tegernsee I 15:30 - 16:30		<b>Taekwondo</b> 6-9 Jahre Tegernsee II 15:30 - 16:30	<b>Lion Kidz</b> 4-6 Jahre Tegernsee I 16:00 - 16:45
17:00		<b>Taekwondo</b> 10-14 Jahre Tegernsee I 16:45 - 17:45		<b>Taekwondo</b> 10-14 Jahre Tegernsee II 16:45 - 17:45	<b>Kickboxen</b> 9-14 Jahre Tegernsee I 17:00 - 18:00
18:00		<b>Taekwondo</b> Anfänger Ü50/Ü60 Tegernsee II 18:00 - 19:00		<b>Functional HIIT</b> Anf. + Fortg. Erwachsene Tegernsee II 18:30 - 19:30	<b>Fitkwondo</b> Einsteiger Erwachsene Tegernsee I 18:30 - 19:30
19:00					
20:00	<b>Taekwondo</b> Anf. + Fortg. Erwachsene Rottach-Egern 19:30 - 21:00	<b>Taekwondo</b> Anf. + Fortg. Erwachsene Gmund 20:00 - 21:30	<b>Hapkido</b> Anfänger Erwachsene Tegernsee II 19:30 - 21:00	<b>Taekwondo</b> Anf. + Fortg. Erwachsene Tegernsee II 19:30 - 21:00	<b>Kickboxen</b> Anf. + Fortg. Erwachsene Tegernsee I 19:30 - 20:30
21:00					

NEU

Standort Rottach-Egern  
Standort Tegernsee I  
Standort Tegernsee II  
Standort Gmund

Seniorenresidenz Wallberg, Roßwanderweg 4, 83700 Rottach-Egern  
Städt. Turnhalle Tegernsee, Seestraße 31, 83684 Tegernsee  
Dreifachturnhalle Tegernsee, Seestraße 27, 83684 Tegernsee  
Sporthalle Realschule Gmund, Tölzerstraße 100, 83703 Gmund/Finsterwald

