Trainingsplan Rödermark

Stunde		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag
16:00 - 16:45								
17:00 - 17:45		Gruppe1 4-8 Jahren Anfänger		Gruppe 2 9 - 13 Jahre Anfänger		Gruppe1 4-8 Jahren Anfänger		Gruppe 2 9 - 13 Jahre Anfänger
18:00 - 18:45				Gruppe 3 Ab Gelb Gurt		Wettkampfgruppe Kumite		Gruppe 3 Ab Gelb Gurt
19:00 - 19:45		Gruppe 5 Leistungsklasse		Gruppe 4 AB 14 Jahren		Gruppe 5 Leistungsklasse / Kader		Gruppe 4 AB 14 Jahren
20:00 - 20:45								