

Neuer Trainingsplan ab 5. Oktober 2009

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
6.30-7.45		Albrecht					
8.30-10.00		Yoga					
9.30-11.00				Albrecht			
16.30-17.45		Kinder/Beth Ab 9 Jahren	Kinder/Andrea 6-9 Jahre	Kinder/Albrecht ab 9 Jahren			Yoga (16.00-17.30)
18.00-19.30	Stefan	Albrecht Basisstunde	Vera	Albrecht Basisstunde	Armin		Albrecht 18.00-19.00
19.30-21.00	Urs Korindo-Aikido	Urs Korindo-Aikido	Albrecht	Urs Korindo-Aikido	Felix		Albrecht Korindo-Aikido 19.00-20.00

An Feiertagen findet nur die erste Trainingseinheit 18.00-19.30 statt !!

Alle sonstigen Änderungen des Trainingsplans werden extra bekannt gegeben.

Drei Probestunden können kostenlos besucht werden, bitte zu den **gelb hervorgehobenen Übungsstunden.**