



Trainingszeiten

| TAEKWONDO | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Montag | Mittwoch | Freitag | Samstag | Trainer der Abteilung |
| <p>17.30 – 18.30 Uhr (5 – 12 Jahre)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>17.30 – 18.30 Uhr (5 – 12 Jahre)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>17.30 – 18.30 Uhr (5 – 12 Jahre)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>10.30 – 12.00 Uhr alle (Technik- & Formentraining**)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>Trainer B Torsten Wanasek (5. Dan)</p> <p>Trainer C/ ÜL C Christian Pohl (3. Dan) Anina Münch (3. Dan) Alexander Weidner (3. Dan) Domenic Pohl (3. Dan) Jasmine Boufeldja (3. Dan) Sarah Wachendorf (2. Dan) Sarah Schröder (1. Dan)</p> |
| <p>18.30 – 19.45 Uhr (ab 13 Jahre*)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>18.30 – 19.45 Uhr (ab 13 Jahre*)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>18.30 – 19.45 Uhr (ab 13 Jahre*)</p> <p>Hauptschulsporthalle</p> | <p>14.30 – 16.00 Uhr Vorbereitungstraining (nach Absprache) Hauptschulsporthalle</p> | |
| <p>Diagonally crossed out cells</p> | | | <p>** jede Altersstufe</p> <p>1. & 3. Samstag im Monat = Formen 1 – 4</p> <p>2. & 4. Samstag im Monat = Formen 5 – 8 oder höher</p> | <p>Assistenztrainer Nico Veenhof (3. Dan) Nicole Veenhof (3. Dan) Maximilian Beeck (2. Dan) Luc Münch (2. Dan) Philipp Riße (2. Dan) Hannah Rottmann (1. Dan)</p> |

* es gilt die Jahrgangsregelung