

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Halle 1 / 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2
11:00- 12:30							QiGong
13:00 - 13:45						Kickboxen 5-7	
14:00 - 15:00						Kickboxen ab 8	
15:30 - 16:30							TKD ab Gelb/Grün
15:30 -16:30							TKD 5-10
16:30 - 18:00							TKD ab 11 Jahre
17:00 - 18:00					TKD 5-10		
17:00 - 1815				TKD ab Gelb/Grün			
17:30 - 18:15	Kickboxen 5-7			Kickboxen ab 8			
18:00 - 19:30					TKD ab 11 Jahre		
18:30 - 19:00							TKD ab Grün
19:30 - 20:00					TKD ab Grün		
19:30 - 21:00	Kickboxen			Kickboxen			
20:00 - 21:00		SV nur Frauen		SV alle			

Farbe in den Ausbildungszeiten zeigt den Trainer

Udo Kuhn	0151/14258782
Ralf Weinberger	0172/8656901
Manuel Becks	0163/6290423
Anja Weinberger	0176/22932601

45964 Gladbeck
Krusenkamp 22

1	Alte Halle
2	Neue Halle

