

	Montag		Dienstag		Mittwoch			Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
	große Halle	kleine Halle	große Halle	kleine Halle	große Halle	kleine Halle	Medi. Halle	große Halle	kleine Halle	große Halle	kleine Halle	große Halle	kleine Halle	große Halle	kleine Halle
11:00-11:30					Pilates 11:00-12:00										
11:30-12:00															
12:00-12:30												Kata-Lern-Training 12:00 - 13:30		5x5 Kata 12:00 - 13:30	
12:30-13:00															
13:00-13:30															
15:30-16:00	Kids 6-9 15:30 - 16:30							Kids 6-9 15:30 - 16:30				Prüfvorber. ab 6. Kyu 13:30-14.30			
16:00-16:30	Jugend 10-14 16:30 - 18:00							Jugend 10-14 16:30 - 18:00							
16:30-17:00	Jugend +		Faszien-Yoga 17:30 - 18:30											TaiChi 17:30 - 19:00	
17:00-17:30	Yoga 18:00 - 19:00		O-Stufe Kata 18:30-19:45		Anfänger 18:00 - 19:30		Zen Meditation 18:00 - 19:30	Yoga 18:00 - 19:00		Anfänger 18:00 - 19:30					
17:30-18:00	Allgemein 19:00 - 20:30		U-Stufe 19:45-21:00		Mittelstufe 4.-6. Kyu 19:30 - 21:00			U-Stufe 19:00 - 20:15		Allgemein 19:30 - 21:00					
18:00-18:30	Makiwara 20:30 - 21:30		Kumite 19:45-21:00					O-Stufe 20:15 - 21:30							
18:30-19:00															
19:00-19:30															
19:30-20:00															
20:00-20:30															
20:30-21:00															
21:00-21:30															

Achtung:

Jugend + im Multifunktionsraum	17:45-18:20
Prüfvorbereitung ab 6. Kyu jeden Samstag	
5x5 Kata ab 5. Kyu	
Kumite ab 3. Kyu	