

# Trainingszeiten ab 09.03.17

## Montag:

- 17.45 - 18.30 Uhr TKD Kinder/ Eltern Anfänger weiß+ weißgelb  
18.15 - 19.15 Uhr TKD Kinder/ Eltern Fortgeschrittene ab gelb  
19.15 - 19.30 Uhr ab gelbgrün TKD Kinder/ Jugend/ Eltern Fortgeschrittene Technik und Kampf  
19.30 - 20.30 Uhr TKD Erwachsene ab gelbgrün + Kickboxen SK (Kampftraining Point Fight)

## Mittwoch:

- 17.45 - 18.30 Uhr TKD Kinder / Eltern Anfänger weiß+ weißgelb  
18.15 - 19.00 Uhr TKD Kinder / Eltern Fortgeschrittene gelb bis blau  
18.45 - 19.45 Uhr TKD Kinder Fortgeschrittene ab blaurot/ TKD Erwachsene weiß - schwarz  
19.45 - 20.15 Uhr TKD Erwachsene Fortgeschrittene ab blau - schwarz  
19.45 - 20.45 Uhr Kickboxen

## Freitag:

- 17.45 - 18.45 Uhr TKD Kinder / Jugend / Eltern Fortgeschrittene ab gelb  
18.45 - 19.00 Uhr ab gelbgrün TKD Kinder/ Jugend/ Eltern Fortgeschrittene Technik und Kampf  
19.00 - 20.00 Uhr TKD Kinder/ Jugend ab blaurot/ TKD Erwachsene weiß - schwarz SV

Weitere Infos unter [www .Kampfsport-in-Herten.de](http://www.Kampfsport-in-Herten.de)

oder unter 0173-317 22 44 Großmeister Thomas Schaepers