



## Trainingsbetrieb während den Sommerferien vom 15.07. - 18.08.2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			Energietraining Qi Gong 09.30 - 10.30	
			Kinder Kung Fu* 6 - 10 Jahre 17.30 - 18.30	
	Selbstverteidigung ab 16 Jahren 19:00 - 19:50	Energietraining Qi Gong 19:00 - 19:50	Selbstverteidigung Jugend & Erwachsene 19:00 - 19:50	
	Selbstverteidigung ab 16 Jahren 19:50 - 20:40	Energietraining Tai Chi 19:50 - 20:40	Selbstverteidigung ab 16 Jahren 19:50 - 20:40	

\*Das Kindertraining findet ab 6 Teilnehmern statt. Anmeldung via Whatsapp bis jeweils Mittwoch.  
Die Jugendlichen trainieren bei den Erwachsenen am Donnerstag, 19.00 - 19.50h.