

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>16.00 -16.45</p> <p>KUNG FU -MINIS 1 <i>5 - 8 Jahre</i></p> <p><i>Trainerin Luca / Ida</i></p>		<p>10.00-11.00</p> <p>MORNING -YOGA</p>		<p>15.30 -16.15</p> <p>KUNG FU -MINIS 2 <i>5 - 8 Jahre</i></p> <p><i>Sifu Martina/ Ida</i></p>
<p>17.00 - 17.50 <i>Kinder / Juged 9 -13 Jahre</i></p> <p>WHKD-KUNG FU BASIS UND FORMEN</p> <p><i>Trainerin Luca/ Ida</i></p>		<p>17.00 -17:50 <i>Kinder / Jugend 9-13 Jahre</i></p> <p>WHKD-KUNG FU BASIS - SV</p> <p><i>Sifu Martina /Alina</i></p>	<p>16.45 - 18.00</p> <p>YOGA Level 1+2</p>	<p>16.00-16.50 <i>Kinder / Jugend 11-14 Jahre</i></p> <p>KICKBOX-TECHNIK (Pointfighting)</p> <p><i>Sihing Fynn/ Alina</i></p>
<p>18.00-19.00 <i>Erw./ Jugend -ab Gelbgurt</i></p> <p>WHKD-FORMEN -19.30 WAFFEN</p> <p><i>Sifu Martina</i></p> <p>-----</p> <p>18.00 - 20.00</p> <p>*immer der 1. im Monat WAFFENTRAINING/ SHOWTEAM</p>	<p>18.30 -19.30 <i>Workout - Ü30 wellcome</i></p> <p>FEIERABEND-BOXEN</p> <p><i>Master Arne</i></p>	<p>18.00 -19.00 Uhr <i>Jugend/ Erwachsene ab Gelbgurt</i></p> <p>WHKD-Selbstverteidigung & Fitness</p> <p><i>Sifu Martina</i></p>	<p>18.00-18:45 <i>Workout Ü30 wellcome</i></p> <p>FEIERABEND-BOXEN</p> <p><i>Master Arne</i></p>	<p>17.00 - 18.30 <i>Erwachsene/ Jugend -alle</i></p> <p>WHKD- POWERBASIS SV-Technik</p> <p><i>Sihing Fynn</i></p>
	<p>19.45 -20.45 <i>Erwachsene</i></p> <p>KICKBOXEN</p> <p><i>Master Arne</i></p>	<p>19.00 - 20.00 <i>Erw. /Jugend - ab 14 Jahre</i></p> <p>KICKBOX-TECHNIK</p> <p><i>Trainerin Mirka</i></p>	<p>19.00 -20.00 <i>Neueinsteiger-Erwachsene</i></p> <p>KICKBOX-TECHNIK</p> <p><i>Master Arne</i></p>	