



Trainingsplan des Taekwondo-Club Fair Dragon e.V.

(gültig ab 01.09.2025, Änderungen vorbehalten)



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
X		16:45 – 18:00 Uhr		16:45 – 18:00 Uhr
	17:00 – 18:00 Uhr	Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) Kinder 8 bis 12 Jahre ²	17:00 – 18:00 Uhr	Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) Kinder 8 bis 12 Jahre ²
	Selbstverteidigung für Kinder ab 5 ¹ / ₂ Jahre		Selbstverteidigung für Kinder ab 5 ¹ / ₂ Jahre	
	18:00 – 19:00 Uhr	18:00 – 19:30 Uhr	18:00 – 19:00 Uhr	18:00 – 19:30 Uhr
	Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) (Vorbereitungstraining für Gruppenwechsler*innen)	Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) Jugend 12 bis 17 Jahre ²	Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) (Vorbereitungstraining für Gruppenwechsler*innen)	Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) Jugend 12 bis 17 Jahre ²
19:30 bis 21:00 Uhr	X	19:30 – 21:00 Uhr	X	
Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) ab 18 Jahre		Taekwondo (Dynamic Self Defence <i>bot</i> ¹) ab 18 Jahre		X

¹)based on Taekwondo

²)Altersangabe gilt für den Einstieg, eine Änderung der Gruppenzuordnung erfolgt ggf. im Laufe des Trainings durch den leitenden Trainer

Aktuelle Info's zum Training
und zum Verein gibt's hier:

www.tkdc-fairdragon.de

