



ONE LIFE. ONE BODY.

Timetable Kang Center Kiel . ab 5. Januar 2015

regulärer Trainingsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					11:00 - 12:00 Alle + HSP (HB)
16:30 - 17:15 Kinder (JF)			15:30 - 16:30 Krokau (HB)	16:30 - 17:15 Kinder (JF)	
17:30 - 18:30 Alle (SH)	17:00 - 18:00 Krokau (NivA) 17:00 - 18:00 Kinder ab 7 Jahre, ab 9.Kup (HB)	17:00 - 18:00 Kinder ab 8.Kup (SGK)		17:30 - 18:30 Kinder Fortg. Jugendliche & Erwachsene + HSP (SK)	
	18:00 - 18:30 Schnupperkurs + persönliche Einführung (HB)	18:00 - 18:30 Alle + HSP (SGK)			
18:45 - 19:45 Erwachsene + HSP (AB)	18:30 - 19:30 Jugendliche + Erwachsene (HB) 19:30 - 20:30 HSP (KW/ SK)	18:30 - 19:00 High Intensive Training (SGK) 19:00 - 19:45 Grün und Blau (SGK) 19:45 - 20:30 Meisterschüler (SGK)	18:30 - 19:30 Erwachsene + HSP (KB)		

abweichender Trainingsplan*

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					11:00 - 12:00 Alle + HSP (HB)
16:30 - 17:15 Kinder (JF)			15:30 - 16:30 Krokau (SGK)	16:30 - 17:15 Kinder (JF)	
17:30 - 18:30 Alle (SH)	17:00 - 18:00 Krokau (NivA) 17:00 - 18:00 Kinder ab 7 Jahre, ab 9.Kup (HB/SGK)	17:00 - 18:00 Kinder ab 8.Kup (SGK)		17:30 - 18:30 Kinder Fortg. Jugendliche & Erwachsene + HSP (SK)	
	18:00 - 18:30 Hyong (SGK)	18:00 - 18:30 Alle + HSP (SGK)	18:00 - 18:30 Hyong (SGK)		
18:45 - 19:45 Erwachsene + HSP (AB)	18:30 - 19:30 Jugendliche + Erwachsene (SGK) 19:30 - 20:30 HSP Kurs (KW/SK)	18:30 - 19:00 High Intensive Training (SGK) 19:00 - 19:45 Grün und Blau (SGK) 19:45 - 20:30 Meisterschüler (SGK)	18:30 - 19:30 Alle + HSP (SGK) 19:30 - 20:00 freies Training (SGK) ab 20:30 TKD-Stammtisch		

*Gültigkeit: 6.–8. Januar, 3.–5. Februar, 3.–5. März, 7.–9. April, 5.–7. Mai, 2.–4. Juni, 7.–9. Juli, 4.–6. August, 1.–3. September, 6.–8. Oktober, 3.–5. November, 1.–3. Dezember

SGK = Shin-Gyu Kang, 4. Dan . HB = Hans Buck, 2. Dan . KB = Kerstin Brändle, 2. Dan . SH = Swantje Hachmann, 1. Dan . AB = Arnika Bestmann, 1. Kup
NivA = Nils Ivo von Aswege, 1. Kup . JF = Julius Fenger, 1. Kup . KW = Kai Winter, 1. Kup . SK = Sebastian Krossa, 2. Kup
HSP = Hochschulsport

ONE CENTER.

Kang Center . Hamburg . Kiel . www.kang-center.de