

Stundenplan ab Oktober 2015

DOJO - Yoseikan Budo Trainingszentrum Tauferer Ahrntal - Sand in Taufers, Industriestraße 21

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	16.15-17.00 Mini Gym Spiel Spaß (Vorschulalter) Gabi (Nora, Leah)
Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	17.30-18.30 Kinder Yoseikan und Abenteuer Spiel, Sport, Yoseikan Budo Gabi (Nora, Leah)	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	17.00-18.00 Yoseikan Sport Kinder Gabi (Nora, Leah)
Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	18.30-19.30 Yoseikan Jugend Technik und WT Sport Sigi + Assistenten	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	18.00-19.00 Jugend Yoseikan Sport, Yoseikan Budo Leo
19.30-20.30 Yoseikan Fitness Kick Boxing und Fitness Sigi + Manuel	19.30-21.00 Spezial Kurse- Auf Anfrage	19.30-21.00 Kick Boxing + Yoseikan Budo	19.30-20.30 MAF YCT, Martial Art Fitness Gabi, Manuel	19.30-21.00 Spezial Kurse- Auf Anfrage
20.30-21.30 AIKIDO Mochizuki Fernöstliches Budo Sigi + Assistenten	TAI KI Sigi + Assistenten	Kick Boxing- Technik und Anwendung Für Fortgeschrittene Anwendungen mit Yoseikan Budo Sigi + Assistenten	Individuelle Betreuung und Coaching Nach Absprache Sigi	Selbstverteidigung Goshin Jutsu Albin, Martin

Außensektionen des SSV Taufers Yoseikan Budo Unionbau

MONTAG		DONNERSTAG	FREITAG	
St. Johann 18.00-19.00 Sport, Yoseikan Budo Leo		Mühlwald 20.15-21.15 Step, Aerobic Niki	St. Johann 16.00- 17.00 Spiel, Sport, Yoseikan Budo Manuel	St. Johann 17.00-18.00 Technik und WT Sport Manuel

Trainer

Woche

10

15

5

30 Wochen

6

3

8

Sommer

180

90

240

40

15

20

2200

1575

1300

5075