



Trainingsplan Tübingen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9.00						
9.30		Qigong	Taiji Allgemein	Qi Gong	Sondertraining	10:30 – 12:00
10.00		(in Planung)	(Jun Shifu)	(in Planung)	Kungfu und Taiji	Wettkampfteam, Leistungstraining
16.00						14:00 – 15:00
16.30	Kungfu				Kungfu Kinder I	Sanda (Jun Shifu)
17.00	Kinder/Jugend				(Julian, Jun Shifu)	15:00 – 17:00
17.30	(Mathias, Jun Shifu)	Kungfu GS I		Kung Fu GS I	Taiji MS	Vereintraining (TRZ)
18.00	Kungfu	(Truci, Muriel)	Kungfu	(Truci, Muriel)	(Jun Shifu)	Löwentanz, Sondertraining,
18.30	MS I	Taiji GS I	MS I	Taiji Fortgeschr. &	Taiji GS II	Krafttraining, (Jun Shifu)
19.00	(Jun Shifu)	(Brigitte)	(Jun Shifu)	Trainer (Jun Shifu)	(Jun Shifu)	
19.30	Kungfu		Kungfu		Taiji GS I	
20.00	MS II + III		MS II + III, Fortg.		(Jun Shifu)	
20.30	(Jun Shifu)	Kungfu GS II	(Jun Shifu)	Kungfu GS II		
21.00	Kungfu GS III	(Matthias)	Kungfu GS III	(Matthias)		
21.30	(Jun Shifu)		(Jun Shifu)			
22.00						

GS = Grundstufe, MS = Mittelstufe, Stand: November 2008

Trainingsplan Stuttgart | Jakobschule

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
18.00						
18.30						
19.00				18.45 – 20.15		
19.30				Kungfu GS & MS		
20.00				(Manuel)		
20.30		20.15 – 21.30				
21.00		Kungfu GS & MS				
21.30		(Jun Shifu)				
22.00						