

# Stundenplan für Online-Training

ab Mo, 21.3.22

Zeiten	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So / Fei
8.00-8.45	Alle SANDRO (Siba)			Kimoodo+Atem- techniken SANDRO			
10.00-11.00						Blau/Rot/Schwarz MILJAN	Blau/Rot/Schwarz SABOMNIM
11.00-12.00						Weiß/Gelb/Grün MILJAN	Weiß/Gelb/Grün SABOMNIM
17.30-18.30		Anfänger SABOMNIM	ab Grüngurt SANDRO	Anfänger SABOMNIM			
18.30-19.30		Blau/Rot/Schwarz SABOMNIM	Anfänger SANDRO	Alle (Freikampf) SABOMNIM			
19.30-20.30				Blau/Rot/Schwarz SABOMNIM			