

# Kursplan Citysport Solingen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>16:00</b>	<b>Taekwondo</b> 7-10 Jahre   Erdgeschoss	<b>Taekwondo</b> 7-10 Jahre   Erdgeschoss	<b>MIBUDO</b> 4-6 Jahre   großes Dojo	<b>MIBUDO</b> 4-6 Jahre   großes Dojo	<b>MIBUDO</b> 4-6 Jahre   großes Dojo	<b>11:00 Uhr</b> <b>Boxen</b> <i>Jugendliche &amp; Erwachsene</i> Erdgeschoss
				<b>Taekwondo</b> 7-10 Jahre   Erdgeschoss	<b>Taekwondo</b> 7-10 Jahre   Erdgeschoss	
<b>17:00</b>	<b>MIBUDO</b> 4-6 Jahre   großes Dojo	<b>Taekwondo</b> 7-14 Jahre   Erdgeschoss	<b>Boxen</b> 8-14 Jahre   Erdgeschoss	<b>Taekwondo Anfänger</b> 10-14 Jahre   Erdgeschoss	<b>Taekwondo</b> 10-14 Jahre   Erdgeschoss	
	<b>Taekwondo Anfänger</b> 10-14 Jahre   Erdgeschoss			<b>Taekwondo Fortgeschrittene</b> 10-14 Jahre   großes Dojo	<b>Boxen Kinder &amp; Jugendliche</b> großes Dojo	
<b>18:00</b>	<b>Taekwondo Fortgeschrittene</b> 10-14 Jahre   großes Dojo	<b>Tai Chi</b> kleines Dojo	<b>Shaolin-Kung-Fu</b> großes Dojo	<b>Taekwondo</b> 9-14 Jahre   großes Dojo	<b>Shaolin-Kung-Fu</b> großes Dojo	
	<b>Dance-Fitness</b> kleines Dojo	<b>Kickboxen Kinder &amp; Jugendliche</b> Erdgeschoss	<b>Boxen Erwachsene</b> Erdgeschoss	<b>Dance-Fitness/ Barre-Concept</b> kleines Dojo		
		<b>Kickboxen Mädchen &amp; Frauen</b> großes Dojo	<b>Brazilian Jiu-Jitsu</b> kleines Dojo	<b>Kickboxen Jugendliche</b> Erdgeschoss		
<b>19:00</b>	<b>Taekwondo Erwachsene</b> großes Dojo	<b>Boxen Erwachsene</b> großes Dojo	<b>Shaolin-Kung-Fu</b> großes Dojo	<b>Taekwondo Erwachsene</b> großes Dojo	<b>Shaolin-Kung-Fu</b> großes Dojo	
		<b>Kickboxen Erwachsene</b> Erdgeschoss	<b>Brazilian Jiu-Jitsu</b> kleines Dojo	<b>Kickboxen Erwachsene</b> Erdgeschoss		
	<b>Yin Yoga</b> kleines Dojo			<b>Hatha Yoga</b> kleines Dojo		