

# Blocktrainingsplan Taekwondo 2011

Kw 41 – Kw 49



Blocktraining bedeutet , dass Montags +Freitags 40 Min. des Unterrichts so gestaltet werden. Dienstags werden 20 Min. mit dem Schwerpunkt Trainiert.

- 41- Traditionell: Grundschule / Ilbo Taeryon
- 42- Traditionell: Grundschule / Ilbo Taeryon
- 43- Wettkampf: Wettkampf / Pratze / Sprungtechnik
- 44- Wettkampf: Wettkampf / Pratze / Sprungtechnik
- 45- Selbstverteidigung ( 7.11. WS Tai Chi als Selbstverteidigung)
- 46- Selbstverteidigung
- 47- Mix
- 48- Mix (3.12.11 Auftritt Alexa)
- 49- Mix (9.12.11 Stammtisch(Weihnachtsfeier) /11.12.11 Prüfung)

