

Schema vårterminen 2020

13 januari – 31 maj

TIME / TID 时间	MON / MÅN 星期一	TUE / TIS 星期二	WED / ONS 星期三	THU / TOR 星期四	FRI / FRE 星期五	SAT / LÖR 星期六	SUN / SÖN 星期日
09:00-10:00							Meditation nyb & forts <i>Nyb</i>
10:15-11:15							Hård Qigong nyb & forts <i>Nyb</i>
11:30-13:00							Barn självförvar nyb & forts <i>Nyb</i>
10:00-11:30						Youth/Adults Tai Chi 2 Handform	
11:30-12:45						Kung Fu Kids 1B Grund <i>Nyb</i>	
14:00-15:30						Sanshou/Sanda SG 2	
16:45-18:00	Kung Fu Kids 2,3 Vapenform	Kung Fu Kids 1A Grund <i>Nyb</i>	Kung Fu Kids 2,3 Handform	Kung Fu Kids 1A Grund <i>Nyb</i>	17:00-18:00 Shaolin Qigong 1,2 <i>Nyb</i>		
18:00-19:30	Youth/Adults Tai Chi 3 Handform	Youth/Adults Kung Fu 2,3 Handform	Youth/Adults Tai Chi 2,3 Push hands Vapenform	Youth/Adults Tai Chi 1 Grund <i>Nyb</i>	Uppvisnings grupp		
19:30-21:00	Youth/Adults Kung Fu 1 Grund <i>Nyb</i>	Youth/Adults Tai Chi 1 Grund <i>Nyb</i>	Youth/Adults Kung Fu 1 Grund <i>Nyb</i>	Youth/Adults Kung Fu 2,3 Vapenform			

Träningsuppehåll 2020:

***Nyb - Nybörjare**

Påsk v. 15, Sommar v. 23 tom 33, Träning fortgår under sportlovet!