

Schema vårterminen 2023

16 januari – 4 juni

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							Shaolin Meditation Nyb & forts Nyb
09:30-10:45						Tai Chi G1B Grund Nyb	
10:45-12:00						Kung Fu Kids Grupp 1 Grund Nyb	
13:30-14:45						Kinesisk kickboxning Kids Nyb & forts Nyb	
14:45-16:15						Kinesisk kickboxning Fortsättning	
						 SHAOLIN KULTURCENTER 少林文化中心	
16:45-18:00	Kung Fu Kids Grupp 3 Vapenform	Kung Fu Kids Grupp 2 Vapenform	Kung Fu Kids Grupp 3 Handform	Kung Fu Kids Grupp 1 Grund Nyb	Kung Fu Kids Grupp 2 Vapenform		
18:00-19:15	Tai Chi G1A Grund Nyb	Shaolin Qigong Grund Nyb	Tai Chi G2 Vapenform	Tai Chi F1&F3 Handform Push hands	Shaolin Qigong Fortsättning		
19:15-20:30	Kung Fu G1A+G2 Nyb & forts Nyb	Kung Fu F1&F3 Handform Lejondans	Tai Chi G1A Grund Nyb	Kung Fu F1&F3 Vapenform	Uppvisningsgrupp		
20:30-21:45	Kung Fu G1B Grund Nyb	Kinesisk kickboxning Grund Nyb	Kung Fu G1B Grund Nyb	Kung Fu G1A+G2 Nyb & forts Nyb			

Träningsuppehåll VT2023: Uppehåll under påsklovet mellan den 7 april – 16 april.