



# Wushu Sportclub Senden e.V.

## Trainingsplan



Stand: 04.02.2024

	<b>MONTAG</b>	<b>DIENSTAG</b>	<b>MITTWOCH</b>	<b>DONNERSTAG</b>	<b>FREITAG</b>	<b>SAMSTAG</b>
<b>Ort</b>	Bonhoefferschule Bonhoefferstr. 1 / 48308 Senden	Edith-Stein-Schule Schulstr. 1 / 48308 Senden	Bonhoefferschule Bonhoefferstr. 1 / 48308 Senden	Edith-Stein-Schule Schulstr. 1 / 48308 Senden	Bonhoefferschule Bonhoefferstr. 1 / 48308 Senden	Edith-Stein-Schule Schulstr. 1 / 48308 Senden
<b>Zeit</b>						
15:00 Uhr						
15:15 Uhr						
15:30 Uhr						
15:45 Uhr						
16:00 Uhr					<b>Wushu Kids</b>	<b>Leistungstraining/ Wettkampfvorbereitung</b>
16:15 Uhr		<b>Wushu Qingda</b>		<b>Wushu Qingda</b>	▼	▼
16:30 Uhr		▼		▼	▼	▼
16:45 Uhr		▼		▼	▼	▼
17:00 Uhr	<b>Wushu Kids</b>	▼		▼	<b>Wushu Taolu</b>	<b>Wushu Taijiquan</b>
17:15 Uhr	▼	▼		▼	▼	▼
17:30 Uhr	▼			▼	▼	▼
17:45 Uhr	▼			▼	▼	▼
18:00 Uhr	<b>Wushu Taolu</b>				▼	
18:15 Uhr	▼				▼	
18:30 Uhr	▼				<b>Wushu Sanda</b>	
18:45 Uhr	▼				▼	
19:00 Uhr	▼		<b>Wushu Sanda</b>		▼	
19:15 Uhr	▼		▼		▼	
19:30 Uhr			▼		▼	
19:45 Uhr			▼		▼	
20:00 Uhr			▼			
20:15 Uhr			▼			
20:30 Uhr			<b>Leistungstraining/ Wettkampfvorbereitung</b>			
20:45 Uhr						
21:00 Uhr			▼			
21:15 Uhr			▼			
21:30 Uhr						

<b>Wushu Kids</b>	5 - 8 J.	ÜL: Yury Becker	+49 (0) 152 289 748 90
<b>Wushu Taolu</b>	ab 9 J.	ÜL: Yury Becker	
<b>Wushu Sanda (Vollkontakt)</b>	ab 12 J.	ÜL: Yury Becker	
<b>Wushu Qingda (Leichtkontakt)</b>	ab 9 J.	ÜL: Daniil Lykov	+49 (0) 177 227 536 8
<b>Wushu Taijiquan (Tai Chi)</b>		ÜL: Christian Kreimer	+49 (0) 176 557 421 34

<b>Leistungstraining/ Wettkampfvorbereitung</b>	ÜL: Yury Becker		
Wushu Sportclub Senden e.V.	Vorstand: Sergej Sasikin	+49 (0)176 846 217 03	
www.wushu-senden.de/de			