

Trainingsplan (Stand Oktober 2020)

Das Training ist grundsätzlich nur mit einer vorherigen Anmeldung möglich über die Website www.tao-sports.de

Um eine hohe Qualität unserer Trainings sicherzustellen und alle Teilnehmenden aktiv in das Training einzubinden, sind unsere Trainings auf 6 Teilnehmende begrenzt. Mindestalter 14 Jahre.

Das Outdoor Training findet in München Zentrum statt. Vorherige Anmeldung notwendig.



 Tao Sports

 **0175 6000 328**
 **info@tao-sports.de**

 **Lilienthalstrasse 1**
82008 Unterhaching

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
08:00—09:00	Urban Combatives	Krav Maga Basic	Krav Maga	Krav Maga	<i>Personal Training nach Vereinbarung</i>			
09:30 – 10:30	Personal Training	Selbstverteidigung Basistraining	Personal Training	Selbstverteidigung Basistraining				
11:00 – 12:00	Personal Training	Personal Training	Personal Training	Personal Training				
13:00 – 16:00	Personal Training	Personal Training	Personal Training	Personal Training				
16:15 – 17:15	Krav Maga Jugend (14-18 Jahre)	Krav Maga Jugend (14-18 Jahre)	Krav Maga Ju- gend (14-18 Jahre)	Krav Maga Jugend (14-18 Jahre)				
17:30—18:30	Krav Maga Basic	Krav Maga Basic	Krav Maga Basic	Systema / Kyusho				Selbstverteidigung Outdoor MUC
19:00— 20:00	Krav Maga	Tempelboxen	Krav Maga	Urban Combatives				Selbstverteidigung Outdoor MUC
20:30—21:30	Personal Training	Personal Training	Personal Training	Personal Training				