

# TAEKWONDO

## TV Oberneuland / TG Hanse

### Trainingsplan

#### Dienstag:

16.30 - 17.30 Uhr	Kinder, 6 - 13 Jahre	Vinnenweg	S. Harders
19.30 - 21.00 Uhr	Jugend & Erwachsene	Ökumen. Gymn.	O. Harders

#### Donnerstag:

17.00 - 18.00 Uhr	Kinder, 6 - 13 Jahre	Vinnenweg	N. Engelken
18.00 - 20.00 Uhr	Jugend & Erwachsene	Vinnenweg	R. Tobias

#### Sonntag:

16.00 - 18.00 Uhr	Freies Training (gem. Plan)	Vinnenweg	n.n.
-------------------	-----------------------------	-----------	------

#### Trainer:

Rainer Tobias	7. DAN	Trainer B	Mobil: 0177-2191117
Ole Harders	4. DAN	Trainer C	Mobil: 0176-21895483
Simone Harders	4. DAN	Trainer C	Mobil: 0176-20670496
Niclas Engelken	2. DAN	Trainer C	Mobil: 0151-21978060

#### Co-Trainer:

Nicole Köster	2. DAN
Nele Köhler	1. DAN
Toya Ehigie	1. DAN