

UGE-nr.	Dato	Dag	Træner voksne 19.00 - 20.30	Træner unge 17.30 - 19.00	Træner børn 17.30 - 18.30	TEMA / Dagens fokus
2	08/jan	Mandag	Lars	Lars		All-round træning
	09/jan	Tirsdag			Maja	
	10/jan	Onsdag	Lars	Nicolai		Grundteknikker basis lav + højbælte
3	11/jan	Torsdag			Karina	
	15/jan	Mandag	Nicolai	Kenneth		Stande og balancebrydning
	16/jan	Tirsdag			Maja	
	17/jan	Onsdag	Lars	Nicolai		Blokeringer, parader og slag
4	18/jan	Torsdag			Karina	
	22/jan	Mandag	Signe	Benny		Taegeuk og Poomse
	23/jan	Tirsdag			Maja	
	24/jan	Onsdag	Lars	Nicolai		Spark og flyvespark
5	25/jan	Torsdag			Karina	
	29/jan	Mandag	Nicolai	Anne		Kamp
	30/jan	Tirsdag			Maja	
	31/jan	Onsdag	Lars	Nicolai		Spark og baglænsspark
6	01/feb	Torsdag			Karina	
	05/feb	Mandag	Anne	Benny		Selvforsvar med og uden våben
	06/feb	Tirsdag			Maria	
	07/feb	Onsdag	Nicolai	Kenneth		Tekniktræning og grundteknikker
7	08/feb	Torsdag			Karina	
	12/feb	Mandag	FERIE	FERIE		FERIE
	13/feb	Tirsdag			FERIE	
	14/feb	Onsdag	FERIE	FERIE		FERIE
8	15/feb	Torsdag			FERIE	
	19/feb	Mandag	Anne	Lars		Grundteknikker basis lav + højbælte
	20/feb	Tirsdag			Kenneth	
	21/feb	Onsdag	Lars	Nicolai		Stande og balancebrydning
9	22/feb	Torsdag			Karina	
	26/feb	Mandag	Signe	Kenneth		Blokeringer, parader og slag
	27/feb	Tirsdag			Maria	
	28/feb	Onsdag	Lars	Lars		Taegeuk og Poomse
10	01/mar	Torsdag			Karina	
	05/mar	Mandag	Anne	Nicolai		Spark og flyvespark
	06/mar	Tirsdag			Kenneth	
	07/mar	Onsdag	Lars	Maria		Kamp
11	08/mar	Torsdag			Karina	
	12/mar	Mandag	Signe	Nicolai		Spark og baglænsspark
	13/mar	Tirsdag			Maria	
	14/mar	Onsdag	Lars	Lars		Selvforsvar med og uden våben
12	15/mar	Torsdag			Karina	
	19/mar	Mandag	Signe	Anne		Tekniktræning og grundteknikker
	20/mar	Tirsdag			Kenneth	
	21/mar	Onsdag	Lars	Nicolai		Han bon-kireugi og Sam bon-kireugi
13	22/mar	Torsdag			Karina	
	26/mar	Mandag	Anne	Benny		All-round træning
	27/mar	Tirsdag			Maria	
	28/mar	Onsdag	Nicolai	Kenneth		Grundteknikker basis lav + højbælte
14	29/mar	Torsdag			FERIE	
	02/apr	Mandag	FERIE	FERIE		FERIE
	03/apr	Tirsdag			Murad	
	04/apr	Onsdag	Lars	Nicolai		Blokeringer, parader og slag
15	05/apr	Torsdag			Karina	
	09/apr	Mandag	Signe	Anne		Taegeuk og Poomse
	10/apr	Tirsdag			Maria	
	11/apr	Onsdag	Nicolai	Lars		Spark og flyvespark
16	12/apr	Torsdag			Karina	
	16/apr	Mandag	Anne	Maria		Kamp
	17/apr	Tirsdag			Kenneth	
	18/apr	Onsdag	Signe	Lars		Spark og baglænsspark
17	19/apr	Torsdag			Karina	
	23/apr	Mandag	Lars	Benny		Selvforsvar med og uden våben
	24/apr	Tirsdag			Maria	

	25/apr	Onsdag	Anne	Lars		Tekniktræning og grundteknikker
	26/apr	Torsdag			Karina	
18	30/apr	Mandag	Signe	Kenneth		Han bon-kireugi og Sam bon-kireugi
	01/maj	Tirsdag			Murad	
	02/maj	Onsdag	Lars	Nicolai		All-round træning
	03/maj	Torsdag			Karina	
19	07/maj	Mandag	Nicolai	Anne		Grundteknikker basis lav + højbælte
	08/maj	Tirsdag			Maria	
	09/maj	Onsdag	Lars	Nicolai		Stande og balancebrydning
	10/maj	Torsdag			FERIE	
20	14/maj	Mandag	Signe	Benny		Blokeringer, parader og slag
	15/maj	Tirsdag			Kenneth	
	16/maj	Onsdag	Lars	Lars		Taegeuk og Poomse
	17/maj	Torsdag			Karina	
21	21/maj	Mandag	FERIE	FERIE		FERIE
	22/maj	Tirsdag			Maria	
	23/maj	Onsdag	Lars	Nicolai		Grundteknikker basis lav + højbælte
	24/maj	Torsdag			Karina	
22	28/maj	Mandag	Anne	Benny		Stande og balancebrydning
	29/maj	Tirsdag			Murad	
	30/maj	Onsdag	Lars	Nicolai		Blokeringer, parader og slag
	31/maj	Torsdag			Karina	
23	04/jun	Mandag	Signe	Kenneth		Taegeuk og Poomse
	05/jun	Tirsdag			Maria	
	06/jun	Onsdag	Lars	Nicolai		Spark og flyvespark
	07/jun	Torsdag			Karina	
24	11/jun	Mandag	Nicolai	Maria		Kamp
	12/jun	Tirsdag			Kenneth	
	13/jun	Onsdag	Lars	Nicolai		Spark og baglænsspark
	14/jun	Torsdag			Karina	
25	18/jun	Mandag	Signe	Benny		Selvforsvar med og uden våben
	19/jun	Tirsdag			Maria	
	20/jun	Onsdag	Anne	Lars		Tekniktræning og grundteknikker
	21/jun	Torsdag			Karina	
26	25/jun	Mandag	Nicolai	Kenneth		Han bon-kireugi og Sam bon-kireugi
	26/jun	Tirsdag			Murad	
	27/jun	Onsdag	Lars	Nicolai		All-round træning
	28/jun	Torsdag			Karina	