

Kursprogramm Herbst-Winter 2018-2019 YTCSH

Sep 18		Okt 18		Nov 18		Dez 18		Jan 19		Feb 19		März 19	
01 Sa SS		01 Mo		01 Do K/Ü		01 Sa SS		01 Di Neujahr		01 Fr		01 Fr	
02 So		02 Di F19:30		02 Fr		02 So		02 Mi		02 Sa		02 Sa	>Ende<
03 Mo Ü/K		03 Mi Einheit		03 Sa		03 Mo Ü/K		03 Do F19:30		03 So		03 So	
04 Di K		04 Do F19:30		04 So		04 Di K		04 Fr		04 Mo Ü/K		04 Mo	
05 Mi Ü/K		05 Fr		05 Mo		05 Mi Ü/K		05 Sa		05 Di K		05 Di	F19:30
06 Do K/Ü		06 Sa		06 Di F19:30		06 Do K/Ü		06 So		06 Mi Ü/K		06 Mi	
07 Fr		07 So		07 Mi		07 Fr		07 Mo Ü/K		07 Do K/Ü		07 Do	F19:30
08 Sa SS		08 Mo		08 Do F19:30		08 Sa SS, CC	Schwert	08 Di K		08 Fr		08 Fr	
09 So >Start<		09 Di F19:30		09 Fr		09 So		09 Mi Ü/K		09 Sa SS,Dehnen		09 Sa	
10 Mo Ü/K		10 Mi		10 Sa		10 Mo Ü/K		10 Do K/Ü		10 So		10 So	
11 Di KP		11 Do F19:30		11 So		11 Di KP		11 Fr		11 Mo Ü/K		11 Mo	
12 Mi Ü/K		12 Fr		12 Mo Ü/K		12 Mi Ü/K		12 Sa SS,Aufwärmen		12 Di KP		12 Di	F19:30
13 Do K/Ü		13 Sa		13 Di KP		13 Do K/Ü		13 So		13 Mi Ü/K		13 Mi	
14 Fr		14 So		14 Mi Ü/K		14 Fr Energetisieren		14 Mo Ü/K		14 Do K/Ü		14 Do	F19:30
15 Sa		15 Mo Ü/K		15 Do K/Ü		15 Sa SS		15 Di KP		15 Fr Energetisieren		15 Fr	
16 So		16 Di K		16 Fr		16 So		16 Mi Ü/K		16 Sa Faszienrolle		16 Sa	
17 Mo Ü/K		17 Mi Ü/K		17 Sa SS		17 Mo		17 Do K/Ü		17 So		17 So	
18 Di K		18 Do K/Ü		18 So		18 Di F19:30		18 Fr		18 Mo Ü/K		18 Mo	Ü/K
19 Mi Ü/K		19 Fr		19 Mo Ü/K		19 Mi		19 Sa		19 Di K		19 Di	K
20 Do K/Ü		20 Sa SS		20 Di K		20 Do F19:30		20 So		20 Mi Ü/K		20 Mi	Ü/K
21 Fr		21 So		21 Mi Ü/K		21 Fr		21 Mo Ü/K		21 Do K/Ü		21 Do	K/Ü
22 Sa SS		22 Mo Ü/K		22 Do K/Ü		22 Sa		22 Di K		22 Fr		22 Fr	
23 So		23 Di KP		23 Fr		23 So		23 Mi Ü/K		23 Sa SS		23 Sa	
24 Mo Ü/K		24 Mi Ü/K		24 Sa		24 Mo Weihnachten		24 Do K/Ü		24 So		24 So	
25 Di KP		25 Do K/Ü		25 So		25 Di 1 Weihnachtstag		25 Fr		25 Mo Ü/K		25 Mo	Ü/K
26 Mi Ü/K		26 Fr		26 Mo Ü/K		26 Mi 2.Weihnachtstag		26 Sa SS		26 Di K		26 Di	K
27 Do K/Ü		27 Sa SS		27 Di KP		27 Do F19:30		27 So		27 Mi Ü/K		27 Mi	Ü/K
28 Fr		28 So		28 Mi Ü/K		28 Fr		28 Mo Ü/K		28 Do K/Ü		28 Do	K/Ü
29 Sa SS		29 Mo Ü/K		29 Do K/Ü		29 Sa		29 Di KP				29 Fr	
30 So		30 Di K		30 Fr		30 So		30 Mi Ü/K				30 Sa	
		31 Mi Ü/K				31 Mo Sylvester		31 Do K/Ü				31 So	

Ferienübung Partner Di
Kurse
Übungsstunde

Ferienübungstermine
Di / Do 19.30

02.11.-05.11.18 Herbstkurse
23.11.-25.11.18 Dortmund
08.12.18 Chang Chuan
08.12.-09.12.18 Schwert+
14.12.18 Energetisieren
12.01.19 Aufwärmen

09.02.19 Dehnübungen
15.02.19 Energetisiere
16.02.19 Faszienrolle
13.04.19 Partner
13.04.19 Chi Kung 6 Std
03.05.19 Energetisieren

04.05.19 Gongfu Sehnen
30.05.-02.06.19 Ostsee 1
08.06.19 Formkorrektur
09.06.19 Inneres Lächeln
21.06.-26.06.19 Drawehn
17.08.19 Atemräume

18.08.19 Inneres Lächeln
31.08.-01.09.19 Langstock
06.09.-08.09.19 Ostsee 2
01.11.-04.11.19 Herbstkurse
15.11.19 Energetisieren
22.11.-24.11.19 Dortmund
07.12.-08.12.19 Langstock

04. März Rosenmontag ohne Gewähr	19. Apr Karfreitag	21. Apr Ostern	22. Apr Ostermontag	30. Mai Himmelfahrt
	09. Juni Pfingsten	10. Juni Pfingstmontag	20. Juni Fronleichnam	21. Nov Bußtag