

Podajemy rozkład treningów w pierwszym i drugim tygodniu ferii zimowych:

PIERWSZY TYDZIEŃ:

OPOLE (treningi otwarte dla taekwondoków z całego województwa)

Dzieci początkujące z PSP 5, PSP 8, PSP 10, PSP 14 przychodzą do PSP 14 we wtorek i piątek na godzinę 17.00

Młodzież i kadra - PSP 14 wtorek i piątek o godzinie 18.00

Grupy dziecięce z salki - łączymy trening - poniedziałek i czwartek 18.15

Dorośli i rodzice - poniedziałek i czwartek 20.00

Kadra - środa salka 18.30

KARŁOWICE:

poniedziałek środa- grupa dzieci godz. 8-9 starsza grupa godz. 9-10 (sala gok)

wtorek czwartek - grupa dzieci godz 17-18 starsza grupa godz. 18-19 (duża sala)

DOBRZEŃ WIELKI:

poniedziałek środa - 10.30-11.30

wtorek, czwartek - 15:30-16:30

CZARNOWĄSY:

poniedziałek środa - 11:45-12:45

wtorek czwartek - 14.20-15.20

PRÓSZKÓW:

poniedziałek środa - 15.30-16.30

piątek - 14.30-15.30

KRAPKOWICE:

poniedziałek środa - 17-18

piątek - 13-14

CHRÓŚCINA:

poniedziałek 15.30

wtorek, środa, czwartek 14.30

W DRUGIM TYGODNIU FERII ćwiczymy tylko w Opolu w PSP 14:

wtorek i piątek 17.00 - dzieci ze wszystkich sekcji

wtorek i piątek 18.00 - dorośli i rodzice