

## Lehrgang, ganztägig

- 09:00 - 09:30 Aufwärmen/Gymnastik
- 09:30 - 10:45 Trainingseinheit 1 (Poomse)
- 10:45 - 11:00 Pause
- 11:00 - 12:15 Trainingseinheit 2 (SV + Ilbo-Taeryon)
- 12:15 - 13:00 Mittagspause
- 13:00 - 14:15 Trainingseinheit 3 (Stepschule + Kicks + Wettkampf)
- 14:15 - 14:30 Pause
- 14:30 - 15:45 Trainingseinheit 4 (Ilbo-Taeryon)
- 15:45 - 16:00 Pause
- 16:00 - 17:30 Trainingseinheit 5 (Generalprobe-Prüfung/Wiederholung)
- ab ca. 17:30 Kinder abholen, die keine Vorprüfung machen**
- 17:30 - 18:00 Pause
- 18:00 - 19:00 Theorieprüfung
- ab ca. 19:00 Kinder abholen**
- 19:00 - 19:15 Halle aufräumen