

# MUDO & NTA Träningschema 2019

## PÅSKLOVSCHEMA 13 – 22 april

Lördag 13 april	
Tid/Träning/Plats	
<b>Nacka Taekwondo Center (NTC)</b>	
10:00	3-5 år KampLek
10:50	6-9 år Nyb-Gul Familj
11:45	Röd+ & Vuxen
12:45	Grön-Blå Familj
14:00	Ingen träning
15:00	Ingen träning

Söndag 14 april	
Tid/Träning/Plats	
<b>Nacka Taekwondo Center (NTC)</b>	
10:30	Ingen träning
12:00	Poomsae Alla
13:30	MPT
15:00	Ingen träning

Måndag 15 april	
Tid/Träning/Plats	
<b>Nacka Taekwondo Center (NTC)</b>	
16:00	Ingen träning
17:15	7-17 år Nyb-Blå
18:15	18 år+ Alla

Griffelvägen	
11:00	Ingen träning

Tisdag 16 april	
Tid/Träning/Plats	
<b>Nacka Taekwondo Center (NTC)</b>	
16:00	3-6 år KampLek
17:00	7-17 år Nyb-Blå
18:00	Röd+
19:00	Ingen träning

Onsdag 17 april	
Tid/Träning/Plats	
<b>Nacka Taekwondo Center (NTC)</b>	
16:00	Ingen träning
17:00	Poomsae Team
18:30	Ingen träning
18:30	Ingen träning

Griffelvägen	
11:00	Ingen träning

Torsdag 18 april	
Tid/Träning/Plats	
<b>Nacka Taekwondo Center (NTC)</b>	
16:00	3-6 år KampLek
16:50	7-17 år Alla
17:50	18 år+ Alla
18:50	Ingen träning
20:00	Ingen träning

Fre-Mån 19-22 april	
<b>PÅSKHELG 19-22 april</b>	
<b>Ingen träning</b>	

Vasastan	
13:45	Ingen träning
15:00	Ingen träning

Vasastan	
09:00	3-4 år KampLek
09:50	5 år KampLek
10:40	4-5 år KampLek
11:30	6-9 år Nyb
12:30	7-9 år Nyb2
13:30	6-9 år Gul
14:30	9-10 år Blå
15:30	7-9 år Grön
16:30	10-17 år Nyb-Gul
17:30	10-17 år Grön
18:30	11-17 år Blå+
19:30	18 år+ Alla

Kista	
12:15	3-4 år KampLek
12:15	5 år KampLek
13:10	6 år Nyb
13:10	7-9 år Nyb
14:10	7-9 år Gul
14:10	10-17 år Nyb-Gul
15:15	7-17 år Grön
15:15	Blå+ & 18 år+ Alla

Vasastan	
15:30	Ingen träning
16:30	3-5 år KampLek
17:30	7-17 år Röd+
18:30	18 år+ Nyb-Grön
19:30	18 år+ Blå+
20:30	Ingen träning

Vasastan	
16:00	3-5 år KampLek
16:50	6-17 år Nyb-Gul
17:45	7-17 år Grön+
18:45	Ingen träning

Vasastan	
15:30	Ingen träning
16:30	6-9 år Nyb-Gul
17:30	7-17 år Grön+
18:30	18 år+ Alla
19:30	Ingen träning
20:30	Ingen träning

Tyresö	
16:30	Ingen träning
17:30	Ingen träning

Sickla	
15:30	3-5 år KampLek
16:30	6-9 år Nyb1
17:30	7-9 år Gul
18:30	Grön+ & 10 år+
19:30	Ingen träning

Manilla	
15:00	Ingen träning
16:00	Ingen träning

Sundbyberg	
12:00	12 år+ Alla
13:10	3-4 år KampLek
13:10	6-9 år Nyb
14:00	5 år KampLek
14:00	7-9 år Gul & 10-11 år Nyb-Gul

Farsta	
09:30	Ingen träning
10:30	3-5 år KampLek
11:30	6-9 år Nyb
12:30	7-9 år Gul
13:30	8-11 år Grön-Blå
14:30	Blå+ & 11 år+

Passa på och träna Xtra mycket under påsken!

**Mån-tors 15-18 april**  
**MUDO Taekwondoskola**  
*Intensivkurs & gradering*

**Fre-sön 19-21 april**  
**World Class Poomsae Seminar**  
*Få träning i Världsklass med en av världens bästa tränare!*

Läs mer och anmäl dig på [www.mudo.se](http://www.mudo.se)

Solna	
16:00	3-5 år KampLek
16:55	6-17 år Nyb-Gul
17:55	Grön+ & 12 år+ Alla
18:55	Ingen träning
19:55	Ingen träning

På skolloven under höst & vår gäller Alltid:  
**Obegränsad träning för Alla!**

Passa på att träna så mycket du kan!  
 Vissa pass och åldersgrupper är ihopsplagna.

Se beskrivning och kom på de pass som passar dig.

Gilla och följ MUDO Academy på **Facebook**

Följ oss på **Instagram**

Hemsida **www.mudo.se**

Information **info@mudo.se**