

Home Dojo – Meine Trainingseinheiten in KW 45

von: _____

- | | | | |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Workout (Fitness) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Karate Kids (Zweikampf) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Karate Kids (Sound) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Karate Erw (Kata) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kickboxen (Kids/Erw) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Kreuze ab, welche Einheiten Du zusammen mit uns Online gemacht hast. Für 6 Kreuze bekommst Du einen Stempel auf Deine Trainingskarte im Dojo.

Home Dojo – Meine Trainingseinheiten in KW 46

von: _____

- | | | | |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Workout (Fitness) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Karate Kids (Zweikampf) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Karate Kids (Sound) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Karate Erw (Kata) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kickboxen (Kids/Erw) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Kreuze ab, welche Einheiten Du zusammen mit uns Online gemacht hast. Für 6 Kreuze bekommst Du einen Stempel auf Deine Trainingskarte im Dojo.