

# Zeit- & Trainingsplan **WCTAG Family Camp 2020** am Rabenberg



Ort	Zeit	So 09.08.	Mo 10.08.		Di 11.08.		Mi 12.08.		Do 13.08.		Fr 14.08.	
		Anreisetag	1. Trainingstag		2. Trainingstag		3. Trainingstag		4. Trainingstag		5. Trainingstag	
Tanzsaal	07:30-8:00	Anreise	Kraft und Beweglichkeit Frank									
Speisesaal	08:00-9:00		Frühstück									
Tanzsaal	9:15-10:15		Stehende Säule Jan									
	10:30-11:30		Seidenübungen Frank									
	11:45-12:45		Laojia Yilu Jan									
Speisesaal	13:00-14:00		Mittagessen									
	14:00-15:30	Ruhepause										
Tanzsaal	15:30-18:30	Anreise ab 15 Uhr	Xinjia Yilu Frank								WCTAG Prüfung	
Halle 1	15:30-18:30	ankommen und Zimmer beziehen	Doppelsäbel Ralf									
Seminarraum	15:30-18:30		Ballform Manuela	Schwert Vera	Ballform Manuela	Schwert Vera	Ballform Manuela	Schwert Vera	Ballform Manuela	Schwert Vera		
Speisesaal	18:30-19:30	Abendessen										
Tanzsaal	20:00-21:00	Willkommen und Begrüßung	Schiebende Hände Frank			Vortrag Jan		Kurzstock-Form 1+2 Jan				