Pondelok	Veľká telocvičňa	Kadeti (2009-2007) 15,30 - 16,30 Ižarik, Hudák	Prípravka 2 - B (2013,2012) 16,30 - 17,30 Ižarik, Hudák		Juniori / seniori TKD (2006 a starší) 17,30 - 18,30 Ižarik, Hudák	Juniori / seniori - zápas (2006 a starší) 18,30 - 19,45 Ižarik
	Malá telocvičňa		Zápas Kadeti 16,30 - 17,00 Hudák	Prípravka 2 - A 17,00 - 17,30 Ižarik, Hudák	Zápas PR 2 17,30-18,00 Hudák	Fitness TKD 18,30 - 19,30 Bohušová

Utorok	Veľká telocvičňa	Para TKD 15,30 - 16,30 Kopčík (Ižarik)	Prípravka 1 16,30 - 17,20 Ižarik, Sajko	Žiaci - A 17,20 - 18,00 Ižarik, Sajko	Zápas žiaci 18,00 - 18,30 Sajko	Juniori / seniori - Poomsae 18,30 - 19,30 Pavková
	Malá telocvičňa			Žiaci - B 17,20 - 18,20 Ižarik, Sajko		
	Posilňovňa					Juniori / seniori - kondičný 18,30 - 19,45 Sajko

Streda	Veľká telocvičňa	Kadeti 15,30 - 16,30 Ižarik, Bohušová	Prípravka 2 - B 16,30 - 17,30 Ižarik, Bohušová		Juniori / seniori - TKD 17,30 - 18,30 Ižarik, Bohušová	Juniori / seniori - zápas 18,30 - 19,45 Sajko
	Malá telocvičňa		Zápas Kadeti 16,30 - 17,00 Bohušová	Prípravka 2 - A 17,00 - 17,30 Ižarik, Bohušová	Zápas PR 2 17,30-18,00 Bohušová	Fitness TKD 18,30 - 19,30 Ižarik

Štvrtok	Veľká telocvičňa	Para TKD 15,30 - 16,30 Kopčík (Ižarik)	Prípravka 1 16,30 - 17,20 Ižarik, Bohušová	Zápas - A 17,20 - 18,00 Ižarik, Bohušová	Zápas žiaci 18,00 - 18,30 Bohušová	Juniori / seniori - zápas 18,30 - 19,45 Ižarik
	Malá telocvičňa			Žiaci - B 17,20 - 18,20 Ižarik, Bohušová		

Piatok	Veľká telocvičňa	Kadeti 15,30 - 16,30 Ižarik, Sekelová	Žiaci 16,30 - 17,30 Ižarik, Sekelová	Juniori / seniori - TKD 17,30 - 18,30 Ižarik, Sekelová
	Malá telocvičňa			