

Trainingsplan

gültig ab 14.11.2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	16:30 - 17:30 Jiu-Jitsu 6-10 Jahre	16:30 - 17:30 Bonsai 4-6 Jahre	16:30 - 17:30 Jiu-Jitsu 6-10 Jahre	
17:00 - 18:00 ASD-Karate 6-13 Jahre	17:45 - 18:45 Jiu-Jitsu 11-13 Jahre	17:45 - 18:45 Kickboxen Kinder 8-13 Jahre	17:45 - 18:45 Jiu-Jitsu 11-13 Jahre	17:00 - 18:00 ASD-Karate 6-13 Jahre
18:15 - 19:15 Kickboxen Kinder 8-13 Jahre	19:00 - 20:30 Kickboxen +14 Jahre	19:00 - 20:00 Jiu-Jitsu / ASD-Karate + 14 Jahre	19:00 - 20:30 Kickboxen +14 Jahre	18:15 - 19:15 Jiu-Jitsu/ ASD-Karate +14 Jahre

20:30 - 21:00
Freies
Training

20:30 - 21:00
Freies
Training



Diplom-Fachsportschule der Budo-Akademie-Europa

