

# Trainingsplan

gültig ab 16.08.2021

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
16:30-17:30	ASD-Karate 6-10 Jahre	Jiu-Jitsu 6-10 Jahre	Bonsai 4-6 Jahre	Jiu-Jitsu 6-10 Jahre	ASD-Karate 6-10 Jahre
17:45-18:45	ASD-Karate 11-14 Jahre	Jiu-Jitsu 11-14 Jahre	Kickboxen 8-13 Jahre	Jiu-Jitsu 11-14 Jahre	ASD-Karate 11-14 Jahre
19:00-20:00	ASD-Karate / Jiu-Jitsu ab 15 Jahre	<b>19:00-20:30</b> Kickboxen +14 Jahre		<b>19:00-20:30</b> Kickboxen + 14 Jahre	ASD-Karate / Jiu-Jitsu ab 15 Jahre



Diplom-Fachsportschule der Budo-Akademie-Europa

