

# FERIEN-TRAININGSPLAN FÜR KINDER



|                | MONTAG   | DIENSTAG  | MITTWOCH  | DONNERSTAG  | FREITAG | SAMSTAG   | SONNTAG |
|----------------|--|---|---|---|---------|---|---------|
| <b>DOJO</b>    | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>15:45 - 16:30                    | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>15:30 - 16:15 | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>16:30 - 17:15             | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>15:30 - 16:15                     |         | <b>BUDOTURNEN</b><br>3-4 Jahre<br>09:30 - 10:15           |         |
|                | <b>AKROBATIK</b><br>5-7 Jahre<br>16:30 - 17:15                     | <b>JU-JUTSU</b><br>5-6 Jahre<br>16:15 - 17:00   | <b>AKROBATIK</b><br>5-7 Jahre<br>17:15 - 18:00              | <b>JU-JUTSU</b><br>5-6 Jahre<br>16:15 - 17:00                       |         | <b>JU-JUTSU</b><br>5-6 Jahre<br>10:15 - 11:00             |         |
|                | <b>JU-JUTSU</b><br>5-6 Jahre<br>17:15 - 18:00                      |   | <b>AKROBATIK/TRICKING</b><br>ab 8-11 Jahre<br>18:00 - 19:00 | <b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>17:00 - 18:00                       |         | <b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>11:00 - 12:00             |         |
|                | <b>JU-JUTSU</b><br>ab 12 Jahre<br>19:00 - 20:00 / Tim              |   | <b>TRICKING</b><br>ab 12 Jahre<br>19:00 - 20:00             |   |         | <b>AKROBATIK</b><br>5-7 Jahre<br>12:00 - 12:45            |         |
|                |  |   |   |   |         | <b>AKROBATIK/TRICKING</b><br>8-11 Jahre<br>13:00 - 14:00  |         |
|                |  |   |   |   |         | <b>AKROBATIK/TRICKING</b><br>ab 12 Jahre<br>14:00 - 15:00 |         |
| <b>CAGE</b>    | <b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>16:15 - 17:15                      | <b>JU-JUTSU</b><br>7-9 Jahre<br>17:00 - 18:00   | <b>JU-JUTSU</b><br>10-13 Jahre<br>17:15 - 18:15             | <b>JU-JUTSU FIGHTING</b><br>Wettkampf Team<br>17:00 - 18:30 / Artur |         | <b>JU-JUTSU</b><br>10-13 Jahre<br>13:00 - 14:00           |         |
|                | <b>JU-JUTSU</b><br>10-13 Jahre<br>17:15 - 18:15                    |   |   |   |         |   |         |
| <b>BOX-GYM</b> |  |   | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>10-13 Jahre<br>16:30 - 17:30       | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>7-9 Jahre<br>16:30 - 17:30                 |         | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>7-9 Jahre<br>10:30 - 11:30       |         |
|                |  |   |   |   |         | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>10-13 Jahre<br>11:30 - 12:30     |         |
|                |  |   |   |   |         | <b>KICKBOXEN (Jugend)</b><br>ab 12 Jahre<br>12:30 - 13:30 |         |
| <b>BLOCK A</b> | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>7-9 Jahre<br>16:30 - 17:30                |   | <b>JU-JUTSU</b><br>5-6 Jahre<br>16:30 - 17:15               | <b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b><br>7-13 Jahre<br>16:45 - 17:45 / André   |         | <b>JU-JUTSU FIGHTING</b><br>Wettkampf<br>10:00 - 12:00    |         |
|                | <b>KIDS KICKBOXEN</b><br>10-13 Jahre<br>17:30 - 18:30              |   |   |   |         | <b>JU-JUTSU</b><br>5-6 Jahre<br>12:00 - 12:45             |         |
| <b>STUDIO</b>  | <b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b><br>7-13 Jahren<br>17:30 - 18:30 / André |   |   | <b>KICKBOXEN (Jugend)</b><br>ab 12 Jahre<br>17:45 - 18:45           |         |   |         |

Auch während der Hamburger Schulferien findet unser Kindertraining statt.  
Online einsehbar auf [zanshin-dojo.de/trainingsplan](https://zanshin-dojo.de/trainingsplan)

An gesetzlichen **Feiertagen und Prüfungstagen** fällt das Kindertraining aus.

HAMBURGER SCHULFERIENZEITEN: 2020

Osterferien: 02.03. - 13.03.20

Pfingstferien: 18.05. - 22.05.20

Sommerferien: 25.06. - 05.08.20

**ZANSHIN DOJO**  
**KAMPFSPORT & FITNESS**

T 040/89070352

M [info@zanshin-dojo.de](mailto:info@zanshin-dojo.de)

W [www.zanshin-dojo.de](http://www.zanshin-dojo.de)

Mendelssohnstraße 15 B

D - 22761 Hamburg