



# DOJO

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
15:00 - 15:45

**JU-JITSU FIGHTING**  
16:30 - 18:00 / Tim **F**

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
15:00 - 15:45

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
15:45- 16:30

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
15:00 - 15:45

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
10:15 - 11:00 / Marvin

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
10:30- 11:15

**AKROBATIK**  
5-7 Jahre  
15:45 - 16:30 / Safir

**AKROBATIK**  
5-7 Jahre  
16:00 - 16:45 / Robin

**JU-JITSU FIGHTING**  
17:00 - 18:30 / Tim **F**

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
16:15 - 17:00 / Miru

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
11:15- 12:00

**AKROBATIK**  
5-7 Jahre  
11:30 - 12:15 / Robin

**AKROBATIK**  
8-13 Jahre  
16:30 - 17:30 / Safir

**AKROBATIK / TRICKING**  
8-13 Jahre  
16:45 - 17:45 / Robin

**JU-JITSU**  
7-9 Jahre  
17:00 - 18:00 / Nele

**JU-JITSU**  
7-9 Jahre  
12:00 - 13:00 / Thomas

**AKROBATIK / TRICKING**  
8-13 Jahre  
12:15 - 13:15 / Robin

**KICKBOXEN LEISTUNG**  
Nur nach Absprache  
12-18 Jahre  
17:30 - 18:45 / Roman **F** **NEU**

**KIDS KICKBOXEN**  
10-13 Jahre  
18:00 - 19:00 / Roman

**JU-JITSU**  
10-13 Jahre  
13:00 - 14:00 / Thomas

# CAGE

**KIDS KICKBOXEN**  
10-13 Jahre  
17:30 - 18:30 / Jordan

**KINDER JU-JITSU AB GELB MIT O. SPITZE**  
16:45 - 17:45 / Marvin

**KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING**  
6-9 Jahre / Offen für alle  
16:30 - 17:15 / Volkmar

**JU-JITSU FIGHTING AB 14. J**  
17:00 - 18:30 / Artur **F**

**KINDER JU-JITSU AB GELB MIT O. SPITZE**  
13:00 - 14:00 / Marvin

**JU-JITSU**  
7-9 Jahre  
11:00 - 12:00 / Miru

**JU-JITSU**  
10-13 Jahre  
17:45 - 18:45 / Marvin

**KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING**  
10-17 Jahre/Offen für alle  
17:30 - 18:30 / Volkmar

**KICKBOXEN LEISTUNG**  
Nur nach Absprache  
12-18 Jahre  
18:30 - 19:45 / Roman **F** **NEU**

# BOX-GYM

**KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING** **NEU**  
7-11 Jahre/Offen für alle  
16:30-17:30 / Emanuel

**KIDS KICKBOXEN**  
7-9 Jahre  
16:15 - 17:15 / Jordan

**KIDS KICKBOXEN** **NEU**  
7-9 Jahre  
16:30 - 17:30 / Jordan

**KIDS KICKBOXEN**  
7-9 Jahre  
16:30 - 17:30 / Lilli

**KIDS KICKBOXEN**  
7-9 Jahre  
11:00 - 12:00 / Mehak

**KIDS KICKBOXEN**  
10-13 Jahre  
17:15 - 18:15 / Jordan

**KIDS KICKBOXEN**  
10-13 Jahre  
12:00 - 13:00 / Mehak

# BLOCK A

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
16:00 - 16:45 / Marvin

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
16:00 - 16:45 / Marvin

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
15:45 - 16:30 / Emilia

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
16:15 - 17:00 / Marvin

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
5-8 Jahre  
16:00 - 16:45 Colin/Emilia

**JU-JITSU FIGHTING**  
Nur Nach Absprache  
09:00 - 12:00 / Artur **F**

**JU-JITSU**  
5-6 Jahre  
10:00 - 10:45 / Miru

**JU-JITSU**  
7-9 Jahre  
16:45 - 17:45 / Marvin

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
5-8 Jahre  
16:45 - 17:30 Smila

**JU-JITSU**  
7-9 Jahre  
16:30 - 17:30 / Emilia

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
8-13 Jahre  
17:00 - 18:00 Colin/Levin

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
8-13 Jahre  
17:45 - 18:45 Marvin/Levin

# STUDIO

**BJJ/NEWAZA WETTKAMPFTRAINING** **F**  
12-18 J. Nur Nach Absprache  
17:00 - 18:30 / Chris

**JU-JITSU**  
7-9 Jahre  
17:00 - 18:00 / Marvin

**JU-JITSU**  
10-13 Jahre  
18:00 - 19:00 / Nele

**JU-JITSU**  
10-13 Jahre  
12:00 - 13:00 / Miru

# TRAINING AUCH IN DEN FERIEN!

Auch während der Hamburger Schulferien findet unser Kindertraining statt. Bitte beachte unseren Kinder-Ferienplan auf [zanshin-dojo.de/trainingsplan](http://zanshin-dojo.de/trainingsplan)

An **Prüfungstagen** findet ein gesondertes Kindertraining statt.

HAMBURGER SCHULFERIENZEITEN: 2024

Osterferien: 18.03. - 31.03.24  
Pfingstferien: 20.05. - 26.05.24  
Sommerferien: 18.07. - 28.08.24