



MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

# DOJO

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

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

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
8-14 Jahre  
17:45 - 18:45 Marvin/Levin

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

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

**JU-JUTSU**  
4-6 Jahre  
10:15 - 11:00 / Alex

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
11:15-12:00/Lilli/Ophelia

**JU-JUTSU**  
7-9 Jahre  
12:00 - 13:00 / Emilia

**JU-JUTSU**  
10-13 Jahre  
13:00 - 14:00 / Alex

**BUDOTURNEN**  
3-4 Jahre  
10:30-11:15/Mehak/Kamal

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

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

**★ EINSTEIGER**  
Keine Voraussetzungen erforderlich.  
Einstieg jederzeit möglich.

**F FORTGESCHRITTENE**  
Vorkenntnisse sind erforderlich. Teilnahme an den Kursen nur nach vorheriger Absprache.

# CAGE

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

**JU-JUTSU**  
8 -15 Jahre  
17:45 - 18:45 / Marvin

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

**JU-JUTSU**  
10-13 Jahre  
12:00 - 13:00/Miru/Tural

# BOX-GYM

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

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

**KIDS KICKBOXEN**  
4-6 Jahre  
15:45 - 16:30 / Mehak

**EINSTEIGER KIDS KICKBOXEN** **★**  
7-13 Jahre  
16:30 - 17:30 / Mehak

**KIDS KICKBOXEN**  
4-6 Jahre  
10:00 - 10:45 / Mehak

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

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

# BLOCK A

**JU-JUTSU**  
4 -6 Jahre  
16:00 - 16:45 / Marvin

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

**JU-JUTSU**  
4-6 Jahre  
16:00 - 16:45 / Marvin

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
5-8 Jahre  
16:45 - 17:30/Khanim/Emilia

**JU-JUTSU**  
4-6 Jahre  
16:15 - 17:00 / Marvin

**BRAZILIAN JIU-JITSU**  
8-14 Jahre  
17:00 - 18:00 Colin / Levin

**JU-JUTSU**  
4-6 Jahre  
10:00 - 10:45 / Miru

# STUDIO

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

# DOCK

**KIDS KICKBOXEN**  
5 -10 Jahre  
16:15 - 17:15 / Jordan

**KIDS KICKBOXEN**  
8 -15 Jahre  
17:15 - 18:15 / Jordan

**JU-JUTSU FIGHTING**  
17:00 - 18:30 / Artur **F**

**JU-JUTSU FIGHTING**  
09:00 - 12:00 / Artur **F**

**KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE**  
13:00 - 14:00 / Emilia

HAMBURGER SCHULFERIENZEITEN: 2025

# FERIENPLAN 10.03.-23.03.2025

Auch während der Hamburger Schulferien findet unser Kindertraining statt.

Osterferien 2025: 10.03.25 - 23.03.25

Pfingstferien 2025: 23.05.25 - 30.05.25

Sommerferien 2025: 24.07.25 - 03.09.25

Herbstferien 2025: 20.10.25 - 31.10.25