



MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG

DOJO

★ EINSTEIGER
Keine Voraussetzungen erforderlich.
Einstieg jederzeit möglich.

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

AKROBATIK 5-7 Jahre 15:45 - 16:30/Safr	JU-JUTSU FIGHTING 16:30 - 18:00 / Tim F	AKROBATIK 5-7 Jahre 16:00 - 16:45 / Robin/Safr	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 15:45-16:30	JU-JUTSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00 / Nele	JU-JUTSU 4-6 Jahre 10:15 - 11:00 / Alex	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 10:30-11:15/Mehak/Kamal
AKROBATIK 8-13 Jahre 16:30 - 17:30/Safr		AKROBATIK / TRICKING 8-13 Jahre 16:45 - 17:45 / Robin/Safr	JU-JUTSU FIGHTING 17:00 - 18:30 / Tim F	JU-JUTSU 8-15 Jahre 17:00 - 18:00 / Nele	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 11:15-12:00/Lilli/Ophelia	AKROBATIK 5-7 Jahre 11:30 - 12:15/Robin/Jenny
BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:45 - 18:45 Marvin/Levin			KICKBOXEN LEISTUNG Nur nach Absprache 12-18 Jahre 18:30 - 19:30/Roman/Amir F		JU-JUTSU 7-9 Jahre 12:00 - 13:00 / Emilia	AKROBATIK / TRICKING 8-13 Jahre 12:15 - 13:15 /Robin/Jenny
					JU-JUTSU 10-13 Jahre 13:00 - 14:00 / Alex	

CAGE

BJJ/NEWAZA WETTKAMPFTRAINING 12-18 J. Nur Nach Absprache 17:00 - 18:30 / Emilia F	KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE 16:45 - 17:45 / Marvin	KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING Ab 7 Jahre / Nur nach Absprache 17:00 - 18:00 / Volkmar F	JU-JUTSU 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Marvin			JU-JUTSU 7-9 Jahre 11:00 - 12:00/Miru/Tural
	JU-JUTSU 8 -15 Jahre 17:45 - 18:45 / Marvin					JU-JUTSU 10-13 Jahre 12:00 - 13:00/Miru/Tural

BOX-GYM

KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING 7-11 Jahre / Nur nach Absprache 16:30-17:30 / Emanuel F		KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Roman	KIDS KICKBOXEN 4-6 Jahre 15:45 - 16:30 / Mehak	KIDS KICKBOXEN 4-6 Jahre 16:15 - 17:00 / Lilli	KIDS KICKBOXEN 4-6 Jahre 10:00 - 10:45 / Mehak
KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 17:30 - 18:30 / Jordan			EINSTEIGER KIDS KICKBOXEN 7-13 Jahre 16:30 - 17:30 / Mehak ★	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Lilli	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 4-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	JU-JUTSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00 / Emilia	JU-JUTSU 4-6 Jahre 16:15 - 17:00 / Marvin	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-8 Jahre 16:15 - 17:00 Colin / Levin	JU-JUTSU 4-6 Jahre 10:00 - 10:45 / Miru
JU-JUTSU 7-9 Jahre 16:45 - 17:45 / Marvin	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-8 Jahre 16:45 - 17:30/Khanim/Emilia	JU-JUTSU 8-15 Jahre 17:00 - 18:00 / Emilia	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:00 - 18:00 Colin / Levin		

STUDIO

DOCK

KIDS KICKBOXEN 5 -10 Jahre 16:15 - 17:15 / Jordan	JU-JUTSU FIGHTING 17:00 - 18:30 / Alex F	KIDS KICKBOXEN 10-15 Jahre 18:00 - 19:00/Roman/Lilli	JU-JUTSU FIGHTING 09:00 - 12:00 / Artur F
KIDS KICKBOXEN 8 -15 Jahre 17:15 - 18:15 / Jordan			KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE 13:00 - 14:00 / Emilia