



# FERIEN TRAININGSPLAN

## WEIHNACHTSFERIEN

### 17.12.2025 - 04.01.2026

#### KESSELHAUS

<b>MONTAG</b> 15.12.2025	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00	
<b>DIENSTAG</b> 16.12.2025	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	<b>KICKBOXEN</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00	
<b>MITTWOCH</b> 17.12.2025	<b>BAMBINO FIGHTER</b> 3-5 Jahre 15:15 - 16:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00
<b>DONNERSTAG</b> 18.12.2025	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	<b>KICKBOXEN</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00	
<b>FREITAG</b> 19.12.2025		<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 5-14 Jahre 17:00 - 18:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00	
<b>SAMSTAG</b> 20.12.2025 DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 4-6 Jahre 10:00 - 10:45	<b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 10:00 - 11:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 10:00 - 11:00	
	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00	<b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 13:30 - 14:30	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 11:00 - 12:00	
	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00	<b>EINSTEIGER BOXEN/ KICKBOXEN</b> ★ ab 14 Jahre 14:30 - 15:30		
<b>SONNTAG</b> 21.12.2025 DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT	<b>AKROBATIK</b> 5-7 Jahre 11:30 - 12:15	<b>EINSTEIGER BOXEN/ KICKBOXEN</b> ★ ab 14 Jahre 10:00 - 11:00	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 11:00 - 12:00	
	<b>AKROBATIK</b> 8-13 Jahre 12:15 - 13:15	<b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 12:15 - 13:15	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ★ Fundamentals ab 14 Jahren 12:00 - 13:00	
	<b>JU-JUTSU</b> 4-6 Jahre 10:00 - 10:45			
	<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00			
	<b>JU-JUTSU</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00			



STANDORT BAHRENFELD: MENDELSSOHNSTRASSE 15B, 22761 HAMBURG

BEI FRAGEN KÖNNT IHR UNS GERNE UNTER DER TEL: 040 89070352 ERREICHEN

**B** = BAHRENFELD

# FERIEN TRAININGSPLAN WEIHNACHTSFERIEN 17.12.2025 - 04.01.2026



## KESSELHAUS

<p><b>MONTAG</b> 22.12.2025</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 5-14 Jahre 17:00 - 18:00</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00</p>	
<p><b>DIENSTAG</b> 23.12.2025</p>	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 5-10 Jahre 16:00 - 17:00</p>	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 8-14 Jahre 17:00 - 18:00</p>	<p><b>KICKBOXEN</b> ab 14 Jahren 18:00 - 19:00</p>
<p><b>MITTWOCH</b> 24.12.2025</p>	<p><b>GESCHLOSSEN</b></p>		
<p><b>DONNERSTAG</b> 25.12.2025</p>	<p><b>TECHNISCHES KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 12:30 - 13:30</p>	<p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 12:30 - 13:30</p> <div style="text-align: right; border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <span style="color: red; font-weight: bold; font-size: 24px;">B</span> </div>
<p><b>FREITAG</b> 26.12.2025</p>	<p><b>TECHNISCHES KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 12:30 - 13:30</p>	<p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 12:30 - 13:30</p> <div style="text-align: right; border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <span style="color: red; font-weight: bold; font-size: 24px;">B</span> </div>
<p><b>SAMSTAG</b> 27.12.2025</p> <p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT</p>	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 4-6 Jahre 10:00 - 10:45</p>	<p><b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 10:00 - 11:00</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 10:00 - 11:00</p>
	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00</p>	<p><b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 13:30 - 14:30</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 11:00 - 12:00</p>
	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00</p>	<p><b>EINSTEIGER BOXEN/ KICKBOXEN</b>  ab 14 Jahre 14:30 - 15:30</p>	<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <span style="color: red; font-weight: bold; font-size: 24px;">B</span> </div>
<p><b>SONNTAG</b> 28.12.2025</p> <p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT</p>	<p><b>AKROBATIK</b> 5-7 Jahre 11:30 - 12:15</p>	<p><b>EINSTEIGER BOXEN/ KICKBOXEN</b>  ab 14 Jahre 10:00 - 11:00</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 11:00 - 12:00</p>
	<p><b>AKROBATIK</b> 8-13 Jahre 12:15 - 13:15</p>	<p><b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 12:15 - 13:15</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b>  Fundamentals ab 14 Jahren 12:00 - 13:00</p>
	<p><b>JU-JITSU</b> 4-6 Jahre 10:00 - 10:45</p>		<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <span style="color: red; font-weight: bold; font-size: 24px;">B</span> </div>
	<p><b>JU-JITSU</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00</p>		
	<p><b>JU-JITSU</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00</p>		

# FERIEN TRAININGSPLAN WEIHNACHTSFERIEN 17.12.2025 - 04.01.2026



## KESSELHAUS

<p><b>MONTAG</b> 29.12.2025</p>	<p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT (SIEHE TRAININGSPLAN BAHRENFELD)</p>			
<p><b>DIENSTAG</b> 30.12.2025</p>	<p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT (SIEHE TRAININGSPLAN BAHRENFELD)</p>			
<p><b>MITTWOCH</b> 31.12.2025</p>	<p>GESCHLOSSEN</p>			
<p><b>DONNERSTAG</b> 01.01.2026</p>	<p>GESCHLOSSEN</p>			
<p><b>FREITAG</b> 02.01.2026</p>	<p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT (SIEHE TRAININGSPLAN BAHRENFELD)</p>			
<p><b>SAMSTAG</b> 03.01.2026</p> <p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT</p>	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 4-6 Jahre 10:00 - 10:45</p>	<p><b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 10:00 - 11:00</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 10:00 - 11:00</p>	
	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00</p>	<p><b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 13:30 - 14:30</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 11:00 - 12:00</p>	
	<p><b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00</p>	<p><b>EINSTEIGER BOXEN/ KICKBOXEN</b> ★ ab 14 Jahre 14:30 - 15:30</p>		
<p><b>SONNTAG</b> 04.01.2026</p> <p>DAS TRAINING FINDET IM STANDORT BAHRENFELD STATT</p>	<p><b>AKROBATIK</b> 5-7 Jahre 11:30 - 12:15</p>	<p><b>EINSTEIGER BOXEN/ KICKBOXEN</b> ★ ab 14 Jahre 10:00 - 11:00</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ab 14 Jahren 11:00 - 12:00</p>	
	<p><b>AKROBATIK</b> 8-13 Jahre 12:15 - 13:15</p>	<p><b>FITNESS KICKBOXEN</b> ab 14 Jahre 12:15 - 13:15</p>	<p><b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> ★ Fundamentals ab 14 Jahren 12:00 - 13:00</p>	
	<p><b>JU-JITSU</b> 4-6 Jahre 10:00 - 10:45</p>			
	<p><b>JU-JITSU</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00</p>			
	<p><b>JU-JITSU</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00</p>			