

KSM - TRAININGSPLAN - GEROLZHOFEN

Montag

16.30 - 17.15
Tigerkids
3 - 6 Jahre

17.15 - 18.15
Karate
ab Orange - Gurt

18.15 - 19.15
Kick Boxen
ab 7 Jahre

19.15 - 20.15
Kick - Punch - Fun

Dienstag

16.30 - 17.15
Tigerkids
3 - 6 Jahre

16.30 - 17.15
Wolfkids
ab 5 Jahre

17.30 - 18.30
Shotokan - Karate
ab 7 Jahre

18.45 - 19.45
Kickboxen
ab 14 Jahre

Mittwoch

16.30 - 17.15
Tigerkids
3 - 6 Jahre

16.30 - 17.15
Wolfkids
ab 5 Jahre

17.30 - 18.30
Shotokan - Karate
ab 7 Jahre

18.30 - 19.30
Shotokan - Karate
ab Grün - Gurt

19.30 - 20.15
KRAV MAGA

Donnerstag

17.30 - 18.30
AD(H)S Prävention

18.45 - 19.45
Kick - Punch - Fun

19.45 - 20.45
Kickboxen
ab 14 Jahre

Freitag

16.30 - 17.30
Karate - Weiß Gurt

17.30 - 18.30
Kick Boxen
ab 7 Jahre

18.45 - 20.00
Kickboxen
ab 14 Jahre

Wettkampf Team

Samstag / Sonntag

Ab 1. Oktober ist
jeweils
Samstags von
14.00 - 16.00 Uhr
freies Training im Dojo
Schweinfurt

Beachtet auch die
Öffnungszeiten
unseres
Camp's

