

KSM - TRAININGSPLAN - GEROLZHOFEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16.30 - 17.15 Wolf Kids 3 - 6 Jahre	16.30 - 17.15 Wolf Kids 3 - 6 Jahre	16.00 - 16.45 Wolf Kids 3 - 4 Jahre	17.30 - 18.15 Fördertraining ab 7	16.30 - 17.30 Shotokan - Karate 1 ab 7 Jahre
17.15 - 18.15 Shotokan - Karate 2 ab 7 Jahre	17.30 - 18.30 Power Marterial Art (ab 6) Sportkarate	16.45 - 17.30 Wolf Kids 3 - 6 Jahre	18.30 - 19.30 Kick - Punch - Fun	17.30 - 18.30 Kickboxen Kinder ab 7 Jahre
18.15 - 19.15 Kickboxen Kinder ab 7 Jahre	18.45 - 19.45 Kickboxen ab 14 Jahre	17.30 - 18.30 Power Marterial Arts (ab 6) Sportkarate		18.45 - 20.00 Kickboxen ab 14 Jahre
19.15 - 20.15 Kick - Punch - Fun		18.45 - 20.15 Shotokan - Karate 3 Nach Ansage Lehrer		

Alters Einteilung	Kinder 3 - 6 Jahre (Ende)	Kinder 6 - 7 Jahre (Ende)	Teens ab 7 Jahre	Ab 14 Jahre	Im Testlauf
-------------------	---------------------------	---------------------------	------------------	-------------	-------------