

KSM - TRAININGSPLAN SCHWEINFURT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
16.45 - 17.30 Wolf Kids (3 - 6)	17.30 - 18.30 Shotokan Karate ab 7	17.00 - 18.00 Karate Kumite (ab 6)	16.45 - 17.30 Wolf Kids (3 - 6)	16.30 - 17.30 Kickboxen Kids ab 7
17.45 - 18.45 Power Marterial Arts (ab 6) Sportkarate	18.30 - 19.30 Shotokan Karate n. Ansage des Lehrers	18.00 - 19.00 Kickboxen Kids ab 7	17.45 - 18.45 Power Marterial Arts (ab 6) Sportkarate	17.30 - 18.30 Shotokan Karate ab 7
18.45 - 20.15 Kickboxen ab 14	19.00 - 20.00 Wushu Sanda ab 14		19.00 - 20.00 Wushu Sanda ab 14	18.30 - 20.00 Kickboxen ab 14
	19.00 - 20.00 Krav Maga		19.00 - 20.00 Krav Maga	

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