



Trainingszeiten 2010

| Zeit: | 16:30 - 17:30 Uhr | 18:00 – 19:15 Uhr | 19:30 – 20:30 Uhr | 20:30 – 21:00 Uhr |
|---------------------------|--|---|--|----------------------|
| Montag | Chanbara / Karate Kinder ab 4 Jahre | Kickboxen Jugend u. Erwachsene | Chanbara Jugend u. Erwachsene | Freitraining |
| Dienstag | Kickboxen Kinder ab 6 Jahre | Kickboxen Erwachsene | Kickboxen Anfänger Erwachsene | Freitraining |
| Mittwoch | Chanbara / Karate Kinder ab 6 Jahre | Kickboxen Jugend u. Erwachsene | Training Kampf- manschaft | Freitraining |
| Donnerstag | Kickboxen Kinder ab 6 Jahre | Kickboxen Erwachsene | Kickboxen Anfänger Erwachsene | Freitraining |
| Freitag | Chanbara / Karate Kinder ab 4 Jahre | Kickboxen Jugend u. Erwachsene | Kickboxen frei + K1 | |
| Samstags- Zeit | 14:30 – 16:30 Uhr | <u>Sa nur nach Verein- barung!!!</u> | | |
| Samstag | Freitraining Sparring Sandsack | | | |