

Trainingsplan Herbstferien 2022

Montag,	den 24.10.	16.45 – 17.30 Uhr	Kids - „Strong Tiger“ & „Power Pandas“
		17.30 – 19.00 Uhr	Krav Maga
		18.15 – 19.45 Uhr	Kickboxen
		19.15 – 20.45 Uhr	Brazilian Jiu Jitsu
		20.00 – 21.00 Uhr	Functional Fitness
Dienstag,	den 25.10.	16.00 – 16.45 Uhr	Kids-„Little Warrior“/„Power Dragons“ & „Samurai Kids“
		18.00 – 20.00 Uhr	Karate/Selbstverteidigung - Erwachsene / Alle
Mittwoch,	den 26.10.	16.00 – 17.30 Uhr	Karate - Jugend ab Orangegurt
		19.30 – 20.30 Uhr	Functional Fitness
Donnerstag,	den 27.10.	17.30 – 19.30 Uhr	MMA
Freitag,	den 28.10.	16.15 – 17.30 Uhr	Karate - Jugend bis Gelbgurt
Montag,	den 31.10.	Reformationstag – unser SportCentrum bleibt geschlossen	
Dienstag,	den 01.11.	16.00 – 16.45 Uhr	Kids-„Little Warrior“/„Power Dragons“ & „Samurai Kids“
		17.00 – 17.45 Uhr	Kids-„Strong Tiger“&„Power Pandas“
		18.00 – 19.30 Uhr	Karate/Selbstverteidigung - Erwachsene / Alle
Mittwoch,	den 02.11.	16.00 – 17.30 Uhr	Karate - Jugend ab Orangegurt
		18.00 – 19.15 Uhr	Kickboxen
		19.30 – 20.30 Uhr	Functional Fitness
Donnerstag,	den 03.11.	17.30 – 19.30 Uhr	MMA
Freitag,	den 04.11.	16.15 – 17.30 Uhr	Karate - Jugend bis Gelbgurt
		17.45 – 18.45 Uhr	Krav Maga
		18.15 – 19.45 Uhr	Brazilian Jiu Jitsu

Ab Montag den 07.11 findet das Training für alle Gruppen wieder zu den gewohnten Zeiten statt.

Wir wünschen allen Schülern und deren Eltern erholsame Ferien.

Bitte verbummelt diesen Zettel nicht!!!