Trainingsplan Osterferien 2024

Montag,	den 25.03.	16.45 – 17.30 Uhr	Karate Minis - „Anfänger“
		17.30 – 19.00 Uhr	Krav Maga
		18.15 – 19.45 Uhr	Kickboxen
		19.15 – 20.30 Uhr	Brazilian Jiu Jitsu
		20.00 – 21.00 Uhr	Functional Fitness
Dienstag,	den 26.03.	16.00 – 16.45 Uhr	Karate Minis - „Fortgeschrittene“
		17.00 – 18.00 Uhr	Bodenkampf für Kids ab 9 Jahre
		18.00 – 19.30 Uhr	Karate/Selbstverteidigung-Erwachsene/Alle
		19.30 – 20.00 Uhr	Kata Training für Fortgeschrittene
Mittwoch,	den 27.03.	16.00 – 16.45 Uhr	Karate Minis 5-7 Jahre – neue Gruppe
		17.00 – 18.15 Uhr	Karate - Jugend ab Orangegurt
		19.30 – 20.30 Uhr	Functional Fitness
Donnerstag,	den 28.03.	17.00 – 18.15 Uhr	Karate - Jugend ab 8 Jahre + Jugend bis Gelb
		18.30 – 20.00 Uhr	MMA

An den Feiertagen, Karfreitag und Ostermontag bleibt unser SportCentrum geschlossen. Ab Dienstag den 02.04. findet das Training für alle Gruppen wieder zu den gewohnten Zeiten statt.

Wir wünschen allen Schülern und deren Eltern erholsame Ferien natürlich Frohe Ostern.

Bitte verbummelt diesen Zettel nicht!!!