



Trainingsplan Osterferien 2026

Montag, den 30.03.	10.00 – 11.00 Uhr	Karate/Selbstverteidigung 50 plus
	17.30 – 19.00 Uhr	Krav Maga
	18.00 – 19.15 Uhr	Kickboxen
	19.15 – 20.45 Uhr	Brazilian Jiu-Jitsu
	19.30 – 20.30 Uhr	Functional Fitness
Dienstag, den 31.03.	16.15 – 17.00 Uhr	Karate Minis „Fortgeschrittene“
	18.15 – 19.40 Uhr	Karate/Selbstverteidigung - Erwachsene / Alle
	19.45 – 20.30 Uhr	Kata Training für alle, die möchten
Mittwoch, den 01.04.	16.00 – 16.45 Uhr	Karate Minis 5-7 Jahre „Anfänger“
	17.00 – 18.30 Uhr	Karate - Jugend Fortgeschrittene
	19.30 – 20.30 Uhr	Functional Fitness
Donnerstag, den 02.04.	16.30 – 17.15 Uhr	Karate Minis „Neue Gruppe“
	17.30 – 18.30 Uhr	Karate Jugend ab 8 Jahre bis Gelbgurt
	18.30 – 20.00 Uhr	MMA
KARFREITAG, den 03.04.		Dojo bleibt geschlossen
OSTERMONTAG, den 06.04.		Dojo bleibt geschlossen

Die Ausschreibung für unser jährliches Kinder- und Jugendtrainingscamp liegt zum Mitnehmen in unserem SportCentrum aus.

Wir erwarten Eure Anmeldungen und freuen uns auf ein spannendes Trainingscamp.