

Trainingsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
KICKBOXING FOR KIDS Kinder 4-11 Jahre 17:00 – 18:00 Uhr	SANKIKAN FOR KIDS Kinder 4-11 Jahre 17:00 – 18:00 Uhr	KICKBOXING FOR KIDS Kinder 4-11 Jahre 17:00 – 18:00 Uhr	SANKIKAN FOR KIDS Kinder 4-11 Jahre 17:00 – 18:00 Uhr	SANKIKAN WEAPON ESTILO LIBRE Ab 12 Jahren 17:00-18:00 Uhr, Nur nach Absprache
KICKBOXING ESTILO LIBRE Ab 12 Jahren 18:00-19:30 Uhr	SANKIKAN ESTILO LIBRE ab 13 Jahren 18:00-19:30 Uhr Selbstverteidigung / Streetfight	KICKBOXING ESTILO LIBRE Ab 12 Jahren 18:00-19:30 Uhr	SANKIKAN ESTILO LIBRE ab 13 Jahren 18:00-19:30 Uhr Selbstverteidigung / Streetfight	SANKIKAN GRAPPLING ESTILO LIBRE Kampfringen u. Bodenkampf Ab 12 J 18:00-19:00 Uhr, Nur nach Absprache

Gültig ab 01.01.2025