



# DOJO

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>BUDOTURNEN</b> 3-4 Jahre 15:00 - 15:45	<b>JU-JUTSU FIGHTING</b> 16:30 - 18:00 / Tim <b>F</b>	<b>BUDOTURNEN</b> 3-4 Jahre 15:00 - 15:45	<b>BUDOTURNEN</b> 3-4 Jahre 15:45- 16:30	<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 16:15 - 17:00/Miru/Simon	<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 10:15 - 11:00 / Marvin	<b>BUDOTURNEN</b> 3-4 Jahre 10:30- 11:15
<b>AKROBATIK</b> 5-7 Jahre 15:45 - 16:30/Safir/Carlotta		<b>AKROBATIK</b> 5-7 Jahre 16:00 - 16:45 / Robin	<b>JU-JUTSU FIGHTING</b> 17:00 - 18:30 / Tim <b>F</b>	<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Nele	<b>BUDOTURNEN</b> 3-4 Jahre 11:15- 12:00	<b>AKROBATIK</b> 5-7 Jahre 11:30 - 12:15 / Robin
<b>AKROBATIK</b> 8-13 Jahre 16:30 - 17:30/Safir/Carlotta		<b>AKROBATIK / TRICKING</b> 8-13 Jahre 16:45 - 17:45 / Robin		<b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 18:00 - 19:00 / Roman	<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 12:00 - 13:00 / Emilia <b>NEU</b>	<b>AKROBATIK / TRICKING</b> 8-13 Jahre 12:15 - 13:15 / Robin
<b>KICKBOXEN LEISTUNG</b> Nur nach Absprache 12-18 Jahre 17:30 - 18:30 / Roman <b>F</b>					<b>JU-JUTSU</b> 10-13 Jahre 13:00 - 14:00 / Emilia <b>NEU</b>	

**F FORTGESCHRITTENE**  
Vorkenntnisse sind erforderlich. Teilnahme an den Kursen nur nach vorheriger Absprache.

# CAGE

<b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 17:30 - 18:30 / Jordan	<b>KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE</b> 16:45 - 17:45 / Marvin	<b>KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING</b> 6-9 Jahre / Offen für alle 16:30 - 17:15 / Volkmar	<b>JU-JUTSU FIGHTING AB 14. J</b> 17:00 - 18:30 / Artur <b>F</b>		<b>KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE</b> 13:00 - 14:00 / Marvin	<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00 / Miru
	<b>JU-JUTSU</b> 10-13 Jahre 17:45 - 18:45 / Marvin	<b>KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING</b> 10-17 Jahre/Offen für alle 17:30 - 18:30 / Volkmar	<b>KICKBOXEN LEISTUNG</b> Nur nach Absprache 12-18 Jahre 18:30 - 19:45 / Roman <b>F</b>			

# BOX-GYM

<b>KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING</b> 7-11 Jahre/Offen für alle 16:30-17:30 / Emanuel	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 16:15 - 17:15 / Jordan	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Jordan		<b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Lilli	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 7-9 Jahre 11:00 - 12:00 / Mehak
	<b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 17:15 - 18:15 / Jordan				<b>KIDS KICKBOXEN</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00 / Mehak

# BLOCK A

<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 15:45 - 16:30 / Emilia	<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 16:15 - 17:00 / Marvin	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 5-8 Jahre 16:00 - 16:45 Colin/Emilia	<b>JU-JUTSU FIGHTING</b> Nur Nach Absprache 09:00 - 12:00 / Artur <b>F</b>	<b>JU-JUTSU</b> 5-6 Jahre 10:00 - 10:45 / Miru
<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 16:45 - 17:45 / Marvin	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 5-8 Jahre 16:45 - 17:30 Smila/Khanim	<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Emilia	<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 8-13 Jahre 17:00 - 18:00 Colin/Levin			
<b>BRAZILIAN JIU-JITSU</b> 8-13 Jahre 17:45 - 18:45 Marvin/Levin						

# STUDIO

<b>BJJ/NEWAZA WETTKAMPFTRAINING</b> 12-18 J. Nur Nach Absprache 17:00 - 18:30 / Chris <b>F</b>		<b>JU-JUTSU</b> 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Marvin	<b>JU-JUTSU</b> 10-13 Jahre 18:00 - 19:00 / Nele		<b>JU-JUTSU</b> 10-13 Jahre 12:00 - 13:00 / Miru
--	--	--	--	--	--

## TRAINING AUCH IN DEN FERIEN!

Auch während der Hamburger Schulferien findet unser Kindertraining statt. Bitte beachte unseren Kinder-Ferienplan auf [zanshin-dojo.de/trainingsplan](http://zanshin-dojo.de/trainingsplan)

An **Prüfungstagen** findet ein gesondertes Kindertraining statt.

HAMBURGER SCHULFERIENZEITEN: 2024

Sommerferien: 18.07. - 28.08.24  
Herbstferien: 21.10. - 03.11.24  
Winterferien: 20.12. - 05.01.24