



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
DOJO	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 15:00 - 15:45	JU-JUTSU FIGHTING 16:30 - 18:00 / Tim F	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 15:00 - 15:45	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 15:45- 16:30	JU-JUTSU 5-6 Jahre 16:15 - 17:00/Miru/Simon	JU-JUTSU 5-6 Jahre 10:15 - 11:00 / Marvin	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 10:30- 11:15
	AKROBATIK 5-7 Jahre 15:45 - 16:30/Safir/Carlotta		AKROBATIK 5-7 Jahre 16:00 - 16:45 / Robin/Safir	JU-JUTSU FIGHTING 17:00 - 18:30 / Tim F	JU-JUTSU 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Nele	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 11:15- 12:00	AKROBATIK 5-7 Jahre 11:30 - 12:15 / Robin
	AKROBATIK 8-13 Jahre 16:30 - 17:30/Safir/Carlotta		AKROBATIK / TRICKING 8-13 Jahre 16:45 - 17:45 / Robin/Safir	KICKBOXEN LEISTUNG Nur nach Absprache 12-18 Jahre 18:30 - 19:30 / Roman F		JU-JUTSU 7-9 Jahre 12:00 - 13:00 / Emilia	AKROBATIK / TRICKING 8-13 Jahre 12:15 - 13:15 / Robin
	KICKBOXEN LEISTUNG Nur nach Absprache 12-18 Jahre 17:30 - 18:30 / Roman F					JU-JUTSU 10-13 Jahre 13:00 - 14:00 / Emilia	
EINSTEIGER Keine Voraussetzungen erforderlich. Einstieg jederzeit möglich.							
F FORTGESCHRITTENE Vorkenntnisse sind erforderlich. Teilnahme an den Kursen nur nach vorheriger Absprache.							

CAGE	BJJ/NEWAZA WETTKAMPFTRAINING 12-18 J. Nur Nach Absprache 17:00 - 18:30 F	KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE 16:45 - 17:45 / Marvin	KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING Ab 7 Jahre / Offen für alle 17:00 - 18:00 / Volkmar				JU-JUTSU 7-9 Jahre 11:00 - 12:00 / Miru
		JU-JUTSU 10-13 Jahre 17:45 - 18:45 / Marvin					JU-JUTSU 10-13 Jahre 12:00 - 13:00 / Miru

BOX-GYM	KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING 7-11 Jahre/Offen für alle 16:30-17:30 / Emanuel	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 16:15 - 17:15 / Jordan	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Jordan	EINSTEIGER KIDS KICKBOXEN 7-13 Jahre 16:30 - 17:30 / Mehak NEU	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Lilli	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 11:00 - 12:00 / Mehak	
	KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 17:30 - 18:30 / Jordan	KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 17:15 - 18:15 / Jordan				KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 12:00 - 13:00 / Mehak	

BLOCK A	JU-JUTSU 5-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	JU-JUTSU 5-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	JU-JUTSU 5-6 Jahre 15:45 - 16:30 / Emilia	JU-JUTSU 5-6 Jahre 16:15 - 17:00 / Marvin	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-8 Jahre 16:00 - 16:45 Colin/Emilia		JU-JUTSU 5-6 Jahre 10:00 - 10:45 / Miru
	JU-JUTSU 7-9 Jahre 16:45 - 17:45 / Marvin	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-8 Jahre 16:45 - 17:30 Levin/Khanim	JU-JUTSU 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Emilia	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-13 Jahre 17:00 - 18:00 Colin/Smila			

STUDIO	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-13 Jahre 17:45 - 18:45 Marvin/Levin			JU-JUTSU 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Marvin	JU-JUTSU 10-13 Jahre 18:00 - 19:00 / Nele		
---------------	--	--	--	--	--	--	--

DOCK				JU-JUTSU FIGHTING 17:00 - 18:30 / Artur F	KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 18:00 - 19:00 / Roman	JU-JUTSU FIGHTING 09:00 - 12:00 / Artur F	KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE 13:00 - 14:00 / Marvin
-------------	--	--	--	--	---	--	--

TRAINING AUCH IN DEN FERIEN!

Auch während der Hamburger Schulferien findet unser Kindertraining statt. Bitte beachte unseren Kinder-Ferienplan auf 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