



TRAININGSPLAN

KESSELHAUS			
MONTAG	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	BRAZILIAN JIU-JITSU Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00
DIENSTAG	KIDS KICKBOXEN 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	KIDS KICKBOXEN 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	KICKBOXEN Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00
MITTWOCH	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	BRAZILIAN JIU-JITSU Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00
DONNERSTAG	KIDS KICKBOXEN 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	KIDS KICKBOXEN 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	KICKBOXEN Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00
FREITAG	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	BRAZILIAN JIU-JITSU Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00
SAMSTAG	KIDS KICKBOXEN 5-10 Jahre 10:00 - 11:00	KIDS KICKBOXEN 8-14 Jahre 11:00 - 12:00	KICKBOXEN Erwachsen (ab 14 J.) 12:00 - 13:00
SONNTAG	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-10 Jahre 10:00 - 11:00	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 11:00 - 12:00	BRAZILIAN JIU-JITSU Erwachsen (ab 14 J.) 12:00 - 13:00

TRAINING AUCH IN DEN FERIEEN!

Auch während der Hamburger Schulferien findet unser Kindertraining reduziert statt.
Bitte beachte unseren Ferienplan.