



FERIEN TRAININGSPLAN WINTERFERIEN 16.12. - 22.12.2024



KESSELHAUS

MONTAG 16.12.2024	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 14J.) 18:00 - 19:00				
DIENSTAG 17.12.2024	KICKBOXEN 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	KICKBOXEN 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	KICKBOXEN Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00				
MITTWOCH 18.12.2024	JU-JUTSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	JU-JUTSU 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	BRAZILIAN JIU-JITSU Erwachsen (ab 14J.) 18:00 - 19:00				
DONNERSTAG 19.12.2024	KICKBOXEN 5-10 Jahre 16:00 - 17:00	KICKBOXEN 8-14 Jahre 17:00 - 18:00	KICKBOXEN Erwachsen (ab 14 J.) 18:00 - 19:00				
FREITAG 20.12.2024	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 14J.) 18:00 - 19:00				
SAMSTAG 21.12.2024	JU-JUTSU 5-6 Jahre 10:15 - 11:00 / Alex	JU-JUTSU 7-9 Jahre 12:00 - 13:00 / Emilia	JU-JUTSU 10-13 Jahre 13:00 - 14:00 / Alex	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 11:00 - 12:00 / Mehak	KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 12:00 - 13:00 / Mehak	BRAZILIAN JIU-JITSU Erwachsen (ab 14J.) 10:00 - 11:00 / Benjamin	EINSTEIGER- BOXEN/KICKBOXEN Erwachsen (ab 14J.) 14:30 - 15:30 / Roman
SONNTAG 22.12.2024	AN DIESEM TAG FINDET KEIN TRAINING STATT						

DAS TRAINING IST AN DIESEM TAG IM ZANSHIN DOJO BAHRENFELD



TRAINING AUCH IN DEN FERIEN!

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

HAMBURGER SCHULFERIENZEITEN: 2024/2025

Winterferien 2024: 20.12.24 - 03.01.25
Osterferien 2025: 10.03.25 - 21.03.25
Pfingstferien 2025: 23.05.25 - 30.05.25
Sommerferien 2025: 24.07.25 - 03.09.25
Herbstferien 2025: 20.10.25 - 31.10.25
Winterferien 2025: 17.12.25 - 02.01.26