



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
DOJO	AKROBATIK 5-7 Jahre 15:45 - 16:30/Safir/Carlotta	JU-JUTSU FIGHTING 16:30 - 18:00 / Tim F	AKROBATIK 5-7 Jahre 16:00 - 16:45 / Robin/Safir	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 15:45-16:30	JU-JUTSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00 / Nele	JU-JUTSU 4-6 Jahre 10:15 - 11:00 / Alex	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 10:30-11:15/Mehak/Kamal
	AKROBATIK 8-13 Jahre 16:30 - 17:30/Safir/Carlotta		AKROBATIK / TRICKING 8-13 Jahre 16:45 - 17:45 / Robin/Safir	JU-JUTSU FIGHTING 17:00 - 18:30 / Tim F	JU-JUTSU 8-15 Jahre 17:00 - 18:00 / Nele	BUDOTURNEN 3-4 Jahre 11:15-12:00/Lilli/Ophelia	AKROBATIK 5-7 Jahre 11:30 - 12:15/Robin/Jenny
	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:45 - 18:45 Marvin/Levin			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/Jenny
EINSTEIGER Keine Voraussetzungen erforderlich. Einstieg jederzeit möglich.						JU-JUTSU 10-13 Jahre 13:00 - 14:00 / Alex	
F FORTGESCHRITTENE Vorkenntnisse sind erforderlich. Teilnahme an den Kursen nur nach vorheriger Absprache.							

CAGE	BJJ/NEWAZA WETTKAMPFTRAINING F 12-18 J. Nur Nach Absprache 17:00 - 18:30 / Emilia	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-10 Jahre 16:30 - 17:30 / Khanim	KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING Ab 7 Jahre / Offen für alle 17:00 - 18:00 / Volkmar				JU-JUTSU 7-9 Jahre 11:00 - 12:00/Miru/Tural
							JU-JUTSU 10-13 Jahre 12:00 - 13:00/Miru/Tural

BOX-GYM	KIDS KICKBOXEN POINTFIGHTING 7-11 Jahre/Offen für alle 16:30-17:30 / Emanuel		KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 16:30 - 17:30 / Jordan	KIDS KICKBOXEN 4-6 Jahre 15:45 - 16:30 / Mehak	KIDS KICKBOXEN 5-10 Jahre 16:30 - 17:30 / Lilli	KIDS KICKBOXEN 4-6 Jahre 10:00 - 10:45 / Mehak	
	KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 17:30 - 18:30 / Jordan			EINSTEIGER KIDS KICKBOXEN ★ 7-13 Jahre 16:30 - 17:30 / Mehak	KIDS KICKBOXEN 8-15 Jahre 17:30 - 18:30 / Lilli	KIDS KICKBOXEN 7-9 Jahre 11:00 - 12:00 / Mehak	
						KIDS KICKBOXEN 10-13 Jahre 12:00 - 13:00 / Mehak	

BLOCK A	JU-JUTSU 4-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	JU-JUTSU 4-6 Jahre 16:00 - 16:45 / Marvin	JU-JUTSU 5-10 Jahre 16:30 - 17:30 / Emilia	JU-JUTSU 4-6 Jahre 16:15 - 17:00 / Marvin	BRAZILIAN JIU-JITSU 5-10 Jahre 16:00 - 17:00 Colin/Emilia		JU-JUTSU 4-6 Jahre 10:00 - 10:45 / Miru
	JU-JUTSU 7-9 Jahre 16:45 - 17:45 / Marvin	KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE 16:45 - 17:45 / Marvin	JU-JUTSU 8-15 Jahre 17:30 - 18:30 / Emilia	BRAZILIAN JIU-JITSU 8-14 Jahre 17:00 - 18:00 Colin / Levin			
		JU-JUTSU 8-15 Jahre 17:45 - 18:45 / Marvin					

STUDIO				JU-JUTSU 7-9 Jahre 17:00 - 18:00 / Marvin			
---------------	--	--	--	--	--	--	--

DOCK		KIDS KICKBOXEN 5-10 Jahre 16:15 - 17:15 / Jordan		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	
		KIDS KICKBOXEN 8-15 Jahre 17:15 - 18:15 / Jordan				KINDER JU-JUTSU AB GELB MIT O. SPITZE 13:00 - 14:00 / Emilia	

TRAINING AUCH IN DEN FERIEEN!

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: 2024/2025

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