



Trainingszeiten

SC SHIN DO KAN

JUDO	Kinder	(5-8 Jahre)	Mi	17.00 - 18.30
	Kinder	(9-12 Jahre)	Do	17.30 - 19.00
	Jugend	(13-16 Jahre)	Do	19.00 - 20.30
	Wettkampftraining		Di	17.30 - 19.00
JU-JITSU	Jugend / Erwachsene		Di	19.00 - 20.30
	Jugend / Erwachsene		Do	20.30 - 22.00
AIKIDO	Kinder (ab 8 Jahren)		Mo	18.00 - 19.00
	Kinder / Jugend 10-15 Jahre		Mi	18.30 - 20.00
	Jugend / Erwachsene		Mo	20.15 - 21.45
	Jugend / Erwachsene		Do	20.30 - 22.00
	Prüfungsprogramm		Di	18.30 - 20.00
	Fortgeschrittene		Mi	20.00 - 21.30
Waffentraining	Jugend / Erwachsene		Mo	19.15 - 20.15
FIT + TOUGH	Fitness und Selbstverteidigung für Frauen		Mi	19.00 - 20.30

PARTNER-SCHULEN

KARATE NANBUDO	Kinder (4-13 Jahre)		Mi	17.30 - 18.30
			Fr	18.00 - 19.00
	Jugend / Erwachsene		Di	20.30 - 22.00
			Fr	19.00 - 20.30
SHORINJI-KEMPO			Mo	18.30 - 20.30
			Fr	19.00 - 21.00
KICK-BOXEN			Di	20.05 - 21.30
			Do	19.00 - 20.30