

Kursplan

	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
MO	Kyokushin Kinder (5-8 Jahre) FrauenFit	Kyokushin Monster (9-12 Jahre)		Kyokushin Erwachsene	
DI	Kraft- Bewegung- Koordination (5-12 Jahre)	Selbstverteidigung <i>Krav-Maga</i>	KraftAusdauer Zirkel	Kyokushin Erwachsene	
MI	Kyokushin Kinder (5-8 Jahre)	Kyokushin Monster (9-12 Jahre)		Kyokushin Erwachsene	
DO	Kraft- Bewegung- Koordination (5-12 Jahre)	Kickboxen <i>Basic</i>	KraftAusdauer Zirkel	Kyokushin Erwachsene	
FR	Kyokushin Welpen (5-8 Jahre) FrauenFit	Kyokushin Monster (9-12 Jahre)	Sparring		
SA/SO	Kein Training reserviert für Seminare, Veranstaltungen				