



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				Taijiquan & Qigong 9.30-10.45 Uhr	Feiertag	Einsteigerkurse (Infos auf Homepage)
				Moderne Selbstverteidigung 11.00-12.00 Uhr		
Kampfkunst für Kinder (5-7/8 Jahre) Kurs A + B (16.15-17.15 Uhr)	Kampfkunst für Kinder (5-7/8 Jahre) Kurs C (16.00-17.00 Uhr)				Feiertag	
Kampfkunst für Kinder (7/8-10 Jahre) Kurs I+III (17.30-18.30 Uhr)	Kampfkunst für Kinder (7/8-10 Jahre) Kurs III + II (17.15-18.15 Uhr)		Kampfkunst für Kinder (7/8-10 Jahre) Kurs II + I (17.15-18.15 Uhr)	Jiu Jitsu + Shaolin Kempo 17.00-18.15 Uhr		Kampfkunst für Beginner + Martial Arts Fitness 18.00-19.30 Uhr
Shaolin Kempo + Jiu Jitsu 18.45-20.00 Uhr	Martial Arts Fitness 19.00-20.00 Uhr	Taijiquan & Qigong 18.30-20.00 Uhr		Taijiquan & Qigong 18.30-20.00 Uhr		Einsteigerkurse (Infos auf Homepage)
Shaolin Kempo 20.15-21.45 Uhr	Jiu Jitsu 20.15-21.45 Uhr	Eskrima 20.15-21.45 Uhr	Shaolin Kempo 20.15-21.45 Uhr	Jiu Jitsu 20.15-21.45 Uhr		

■ Kurse für Kinder (zwei Altersstufen)

■ Kurse für Jugendliche (11-15 Jahre)

■ Kurse für Erwachsene (ab 16 Jahre)

■ Einsteigerkurse

Unterrichtsplan Herbstferien gültig im Zeitraum **Montag 27.10. bis Sonntag 02.11.2025**