

Trainingszeiten im Ki Dojo

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag


11:00

 fitdankbaby für Mamas und Babys von 3 bis 7 Monaten

15:15

 Zumba® Kids alle Altersgruppen

16:00

 Karate Minis 3-4 Jahre (45 min)

 Kinderkarate 5-7 Jahre

 Kinderkarate 8-12 Jahre

 Kadertraining Kata

 Zumba® Kids 4-7 Jahre

 Kinderkarate 8-12 Jahre ab Grüngurt

 Karate Minis 3-4 Jahre (45 min)

 Kinderkarate 5-7 Jahre

17:00

 Kinderkarate 5-7 Jahre

 Kinderkarate 8-12 Jahre

 Kinderkarate 5-7 Jahre

 Kadertraining Kumite

 Zumba® Kids 8-10 Jahre

 Kinderkarate 8-12 Jahre ab Braungurt


 Kinderkarate 8-12 Jahre Anfänger

 Kinderkarate 8-12 Jahre Fortgeschritten

18:00


 Kinderkarate 8-12 Jahre Anfänger

 Karate Jugendl. & Erw. Anfänger


 Karate Jugendl. & Erw.

 Karate Jugendl. & Erw. Anfänger


 Karate Jugendl. & Erw. ab Violettgurt

 Zumba® Kids 11-13 Jahre

 Karate Jugendl. & Erw. ab Braungurt

 Karate Jugendl. & Erw.

19:00

 deepWORK® ab 14 Jahre


 Karate Jugendl. & Erw. ab Violettgurt

 Zumba® ab 14 Jahre

 Tae Bo ab 14 Jahre

Karate Instruktorentraining

20:00

 Zumba® ab 14 Jahre

 Tae Bo ab 14 Jahre

 Zumba® ab 14 Jahre
