

# Trainingszeiten im Ki Dojo

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

14:30				
14:50		 Kinderkarate		
15:00		ab 6 Jahre		
15:15		Ort: Nashorn-Grundschule Vehlefan		
15:30	 Karate Minis			 Karate Minis
15:45	3-5 Jahre			3-5 Jahre
16:00	 Kinderkarate	 Kinderkarate	 Zumba Kids	 Kinderkarate
16:15	6-8 Jahre	Orange bis Grüngurt	3-5 Jahre	6-8 Jahre
16:30				
16:50	 Eltern-Kind-Karate			
17:00		 Kinderkarate	 Zumba Kids	 Kinderkarate
17:20		ab Blaugurt	6-11 Jahre	Kinder & Jugendliche
17:30	 Kinderkarate			9-14 Jahre oder ab Gelbgurt
17:45	Kinder & Jugendliche			 Kinderkarate
18:00	9-14 Jahre oder ab Gelbgurt	 Karate	 Zumba Kids	Kinder & Jugendliche
18:15		Jugendliche & Erwachsene	ab 12 Jahre	ab Grüngurt
18:30				
18:45				
19:00	 Body Fit		 Zumba	
19:15	ab 14 Jahre		für Erwachsene	
19:30				
19:45				
20:00				