

Trainingsplan 2023

Dojo Wirges

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16.00 - 17.00 Kinder Anfänger	16.15 - 17.30 Individualtraining	17.15 - 18.15 Kinder Anfänger	18.30 - 20.00 Individualtraining	16.00 - 19.30 Individualtraining
17.15 - 18.30 Schüler/Jugend		18.15 - 19.30 Schüler/Jugend		
19.30 - 21.00 Masterclass				

Dojo Ransbach

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18.15 - 19.15 Vorbereitung Wettkampfgruppe	17.15 - 18.15 Kinder / Anfänger		17.15 - 18.15 Kinder / Anfänger 18.15 – 19.30 Schüler / Jugend 19.30 – 21.00 Masterclass	
19.30 – 21.00 Fightclub ab Jugend	18.15 – 19.30 Schüler / Jugend			

Dojo Anhausen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				18.00 - 19.30 Fightclub Kinder / Schüler