

TRAININGSPLAN MARTIAL ARTS ACADEMY HERBRECHTINGEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	10:30 - 11:30 Uhr Muay Thai		10:30 - 11:30 Uhr Muay Thai
15:00 - 16:00 Uhr Selbstverteidigung Jiu Jitsu Kids 4-7 Jahre		15:00 - 16:00 Uhr Selbstverteidigung Jiu Jitsu Kids 4-7 Jahre	
16:00 - 17:15 Uhr Selbstverteidigung Jiu Jitsu 8-13 Jahre	16:00 - 17:00 Uhr BJJ Kids 4-7 Jahre	16:00 - 17:15 Uhr Selbstverteidigung Jiu Jitsu 8-13 Jahre	16:00 - 17:00 Uhr BJJ Kids 4-7 Jahre
17:30 - 18:30 Uhr Muay Thai Kids 8-14 Jahre	17:00 - 18:15 Uhr BJJ Kids 8-13 Jahre	17:30 - 18:30 Uhr Muay Thai Kids 8-14 Jahre	17:00 - 18:15 Uhr BJJ Kids 8-13 Jahre
18:30 - 19:30 Uhr Muay Thai Beginner	18:30 - 20:00 Uhr BJJ Jugend/ Erwachsene	18:30 - 19:30 Uhr Muay Thai Beginner	18:30 - 20:00 Uhr BJJ Jugend/ Erwachsene
19:30 - 20:30 Uhr Muay Thai Fortgeschrittene		19:30 - 20:30 Uhr Muay Thai Fortgeschrittene	
Dojo 2 19:30 - 20:45 Uhr Selbstverteidigung /Jiu Jitsu Erwachsene		Dojo 2 19:30 - 20:45 Uhr Selbstverteidigung /Jiu Jitsu Erwachsene	

