

Trainingszeiten 2020/21



Training außerhalb der Kurszeiten ist zu den Öffnungszeiten des Quest Club möglich.

Zeiten	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
10.30-11.30			KRAV MAGA 9.00 - 10.00 NACH ANMELDUNG			FIT-KICK Kickboxen
15.00-15.50					Wölfe MINIS 4-6 Jahre	
16.00-17.00					Wölfe MAXIS 7-9 Jahre	
17.15-18.15	Wölfe TEENS ab 10 Jahren				Wölfe TEENS ab 10 Jahren	
18.15-18.30	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	SONNTAG
18.30-19.30	KUN-TAI-KO Allstyle-Karate	KRAV MAGA für alle	KUN-TAI-KO Allstyle-Karate	KICKBOXEN	KRAV MAGA Einsteiger	KRAV MAGA 9.00 - 10.00 NACH ANMELDUNG
19.30-19.45	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	
19.45-20.45	KRAV MAGA Einsteiger	KICKBOXEN	KEN-JITSU Yamabushi	KRAV MAGA für alle	KEN-JITSU Yamabushi	