

# Trainingszeiten 2021



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

Zeiten	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
10.30-11.30						
15.00-15.50					<b>Wölfe MINIS</b> 4-6 Jahre	
16.00-17.00					<b>Wölfe MAXIS</b> 7-9 Jahre	
17.10-18.10	<b>Wölfe TEENS</b> ab 10 Jahren				<b>Wölfe TEENS</b> ab 10 Jahren	
18.10-18.30	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	<b>SONNTAG</b>
18.30-19.30	<b>KUN-TAI-KO</b> Allstyle-Karate	<b>KRAV MAGA</b> für alle	<b>KUN-TAI-KO</b> Allstyle-Karate	<b>KICKBOXEN</b>	<b>KEN-JITSU</b> Yamabushi	<b>KRAV MAGA</b> 10.00 - 11.00 NACH ANMELDUNG
19.30-19.45	Warm up	Warm up	Warm up	Warm up	<b>19.00 - 20.00</b>	
19.45-20.45	<b>KRAV MAGA</b> Einsteiger	<b>KICKBOXEN</b>	<b>KEN-JITSU</b> Yamabushi	<b>KRAV MAGA</b> für alle		