



## Trainingszeiten – Kimura Karate / Julatis

nach Tagen – stand Juli 2021

Montags :	Karate	Kinder Anf. bis Weißgelbgurt	16:00 – 16:45 Uhr
		Karate in Englischer Sprache	
	KidsFit	KidsFit (9-12J)	17:00 – 17:45 Uhr
Dienstags :	Karate	Erwachsene ab 14 Jahre	19:00 – 20:00 Uhr
	Kickbox K	Kickboxing 10 - 15 Jahren ( kein freies Kämpfen! )	16:00 – 16:45 Uhr
	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre FusionFit (Funktionelles Fusionstraining - Fortgeschrittene)	17:00 – 18:00 Uhr
	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre PowerFit (Funktionelles Gewichtstraining - Anfänger)	18:30 – 19:30 Uhr
	Mittwochs :	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre FusionFit (Funktionelles Fusionstraining - Anfänger)
Donnerstags :	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre PowerFit (Funktionelles Gewichtstraining - Anfänger)	11:30 – 12:30 Uhr
	Karate	Kinder ab Grüngurt	17:00 – 17:45 Uhr
	Karate	Erwachsene ab 14 Jahre	18:00 – 19:00 Uhr
	Karate	Kinder Anf. bis Weißgelbgurt	16:00 – 16:45 Uhr
	Karate	Kinder ab Gelbgurt	17:00 – 17:45 Uhr
	Kickbox E	Kickboxing ab 16 Jahren ( kein freies Kämpfen! )	18:00 – 19:00 Uhr
Freitags :	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre PowerFit (Funktionelles Gewichtstraining - Fortgeschrittene)	19:30 – 20:30 Uhr
	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre FusionFit (Funktionelles Fusionstraining - Anfänger)	10:00 – 11:00 Uhr
	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre PowerFit (Funktionelles Gewichtstraining - Anfänger)	11:30 – 12:30 Uhr
	MiniClub	MiniClub (4-5J)	15:00 – 15:45 Uhr
	MaxiClub	MaxiClub (6-9J)	16:00 – 16:45 Uhr
	Julatis	Erwachsene ab 16 Jahre FusionFit (Funktionelles Fusionstraining - Anfänger)	17:00 – 18:00 Uhr
	Karate	Erwachsene ab 14 Jahre	19:00 – 20:00 Uhr
Samstags :	MiniClub	MiniClub (4-5J)	10:00 – 10:45 Uhr
	MaxiClub	MaxiClub (6-9J)	11:00 – 11:45 Uhr
	Karate	Kinder Anf. bis Weißgelbgurt	12:00 – 12:45 Uhr
	Karate	Kinder ab Gelbgurt	13:00 – 13:45 Uhr