

KURSPLAN Sportcenter Bushido

Raum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Mattenraum	Judo ab 16 Jahren 19:00- 20:30 Uhr		Judo 7-10 Jahren 16:30-17:30 Uhr Judo 10-16 Jahre 17:30-19:00 Uhr Judo Technik Training 19:00 – 20:30 Uhr		Judo 5-10 Jahre 16:00-17:00 Uhr Judo 10-16 Jahre 17:00-18:30 Uhr Judo Stützpunkt 18:30-20:30 Uhr
Boxraum		Kickboxen mit Mella ab 6 Jahren 17:30-19:00 Uhr	Boxen mit Horst Brinkmeier 19:30-21:00 Uhr		Boxen mit Horst Brinkmeier 18:00-19:30 Uhr
Gymnastik Raum	Praxis Dr. Kurscheid geschlossene Gruppe 18:00 – 19:00 Uhr	Praxis Dr. Kurscheid geschlossene Gruppe 18:00 – 19:00 Uhr	Praxis Dr. Kurscheid geschlossene Gruppe 18:00 – 19:00 Uhr	Praxis Dr. Kurscheid geschlossene Gruppe 17:30 – 18:30 Uhr	