

SOMMERFERIEN-TRAININGSPLAN

Be prepared - wetterabhängig findet das Training draußen oder drinnen statt

Mo.	Köln Deutz	Sankt Augustin
	Krav Maga Kiddies & Kids Training 17:00 – 17:45 Uhr	
	Krav Maga Teens & Adults Training 18:00 – 19:30 Uhr	
Di.	Köln Deutz	Sankt Augustin
	Law Enforcement Krav Maga 17:00 – 18:00 Uhr	
	Boxen 17:30 – 19:00 Uhr	
	Women Only 18:15 – 19:15 Uhr	Krav Maga Adults Training 19:00 – 20:30 Uhr
	Krav Maga Adults Training 19:30 – 20:30 Uhr	Krav Maga Fighting Training 20:30 – 21:00 Uhr
	Luta Livre 19:00 – 21:00 Uhr	
Mi.	Köln Deutz	Sankt Augustin
		Krav Maga Kiddies & Kids Training 17:00 – 17:45 Uhr
		Krav Maga Teens & Adults Training 18:00 – 19:30 Uhr
Do.	Köln Deutz	Sankt Augustin
	Luta Livre Basics (ab 12 Jahren) 17:30 – 18:30 Uhr	
	Luta Livre 19:00 – 21:00 Uhr	
Fr.	Köln Deutz	Sankt Augustin
	Krav Maga Adults Training 18:30 – 19:30 Uhr	Krav Maga Adults Training 18:30 – 20:00 Uh
Sa.	Köln Deutz	Sankt Augustin
		Krav Maga Adults Training 13:30 – 15:00 Uhr