



Krav Maga Institut®

Trainingsplan **KÖLN Deutz**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
16:45 – 17:30 KIDDY Krav Maga 5-7 Jahre		17:00 – 18:00 Woman Only Krav Maga nur für Frauen	17:00 – 18:00 BASIC Krav Maga Für Anfänger		16:30 – 18:00 Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen	
17:45 – 18:45 KIDS Krav Maga 8-12 Jahre - und - Fighting Basics mit Petra - Kicking/Punching/ Koordination	17:30 – 18:30 Teens Krav Maga 13-17 Jahre	18:00 – 19:30 Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen		18:00 – 19:30 Fighting Basics mit Andreas - Kicking/Punching/ Koordination		
19:00 – 20:30 BASIC Krav Maga Für Anfänger	19:00 – 20:30 Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen					
20:30 – 21:30 ADVANCED Krav Maga für Fortgeschrittene						

Krav Maga Institut
Siegburger Str. 235W
50679 Köln-Deutz

0221 98 51 00 79
info@krav-maga-institut.de
www.krav-maga-institut.de