



Krav Maga Institut®

TRAININGSPLAN 2019

○ KIDDY ● KIDS ● ADVANCED KIDS ● TEENAGER ● BASICS ● FIGHTING BASICS ● ADVANCED ● MILITARY ● MILITARY FIT. ● OPEN CLASS ● LAW ENFORCEMENT ● WOMEN ONLY

MONTAG

DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN		
16:30 - 17:15 UHR ○ KIDDY		18:30 - 20:00 UHR ● OPEN CLASS		
17:30 - 18:15 UHR ● KIDS				
18:30 - 19:15 UHR ● ADVANCED KIDS				
18:30 - 19:15 UHR ● TEENAGER				
19:30 - 21:00 UHR ● BASICS				
21:00 - 21:45 UHR ● ADVANCED				

DIENSTAG

DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN		
17:30 - 18:30 UHR ● TEENAGER	17:30 - 19:00 UHR ● WOMEN ONLY	19:30 - 20:30 UHR ● BASIC		
19:00 - 20:30 UHR ● OPEN CLASS	19:15 - 20:45 UHR ● OPEN CLASS	20:30 - 21:30 UHR ● ADVANCED		

MITTWOCH

DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	DÜSSELDORF	
10:00 - 11:30 UHR ● MILITARY		16:00 - 16:45 UHR ○ KIDDY	19:00 - 20:30 UHR ● OPEN CLASS	
17:00 - 18:30 UHR ● LAW ENFORCEMENT		17:00 - 17:45 UHR ● KIDS		
19:00 - 20:30 UHR ● OPEN CLASS		18:00 - 18:45 UHR ● ADVANCED KIDS		
		19:00 - 20:30 UHR ● BASIC		

DONNERSTAG

DEUTZ	EHRENFELD	BERGISCHE GLADBACH		
	16:15 - 17:00 UHR ● KIDDY/KIDS		20:00 - 21:30 UHR ● OPEN CLASS	
	17:15 - 18:15 UHR ● TEENAGER			
	19:00 - 20:30 UHR ● BASICS			
	20:30 - 21:30 UHR ● ADVANCED			

FREITAG

DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	MUCH	BONN (POPPELSDORF)
17:00 - 18:00 UHR ● BASIC	18:00 - 19:30 UHR ● FIGHTING BASICS	18:00 - 19:30 UHR ● OPEN CLASS	18:30 - 20:00 UHR ● OPEN CLASS	17:30 - 18:30 UHR ● TEENAGER
18:00 - 19:30 UHR ● FIGHTING BASICS				19:00 - 20:30 UHR ● OPEN CLASS

SAMSTAG

DEUTZ	BRÜHL	BERGISCHE GLADBACH	DÜSSELDORF	BONN (BEUEL)
10:00 - 11:30 UHR ● MILITARY FIT.	09:30 - 10:30 UHR ● TEENAGER	16:30 - 18:00 UHR ● OPEN CLASS	10:30 - 12:00 UHR ● OPEN CLASS	13:30 - 15:00 UHR ● OPEN CLASS
13:00 - 14:30 UHR ● OPEN CLASS	11:00 - 12:00 UHR ● OPEN CLASS			