



Krav Maga Institut®

Trainingsplan **DÜSSELDORF und BERGISCH GLADBACH**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
					10:30 - 12:00 DÜSSELDORF Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen	
		17:30 - 18:30 DÜSSELDORF Teens Krav Maga 12-17 Jahre			16:30 - 18:00 BERGISCH GLADBACH Langemarckweg Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen	
		19:00 - 20:30 DÜSSELDORF Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen	20:00 - 21:30 B. GLADBACH Reuterstraße Open Class Anfänger trainieren mit Fortgeschrittenen			