



Krav Maga Institut®

Trainingsplan **KÖLN Ehrenfeld**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			16:30 - 17:15 KIDDY/KIDS Krav Maga 5-12 Jahre			
	17:30 - 19:00 Woman Only Krav Maga nur für Frauen		17:30 - 18:30 Teens Krav Maga 13-17 Jahre			
				18:00 - 19:30 Fighting Basics Kicking/Punching/ Koordination		
	19:15 - 20:45 Open Class		19:00 - 20:30 BASIC Krav Maga Für Anfänger			
			20:30 - 21:30 ADVANCED Krav Maga für Fortgeschrittene			