

TRAININGSPLAN KÖLN EHRENFELD

2019

○ Kiddy
 ● Kids
 ● Teenager
 ● Women only
 ○ Basic & Techniques
 ○ Fit & Fighting Skills
 ● Fighting Basics
 ○ Krav Maga Fighting
 Geschlossene Gruppe

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
<p>13:30 - 15:00 Uhr geschlossene Gruppe</p>	<p>● 17:30 - 18:30 Uhr Women only</p> <p>○ 19:00 - 20:00 Uhr Basic & Techniques</p> <p>○ 20:00 - 21:00 Uhr Fit & Fighting Skills</p>	/	<p>● 16:00 - 16:45 Uhr Kiddy/ Kids</p> <p>● 17:00 - 18:00 Uhr Teenager</p> <p>○ 18:00 - 19:00 Uhr Basic & Techniques</p> <p>○ 19:00 - 20:00 Uhr Fit & Fighting Skills</p> <p>○ 20:00 - 21:00 Uhr Krav Maga Fighting</p>	<p>● 18:00 - 19:30 Uhr Fighting Basics</p>	/