

Trainingszeiten Karatecenter Reto Kern und Krav Maga Selfprotect **ab 10.08.2020**

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.30 - 10.45 Uhr		Morgengruppe alle Graduierungen Kinderhort		Morgengruppe alle Graduierungen Kinderhort	
				15.30 - 16.20 Uhr Bonsai Training 5-7 Jahre	15.45 - 16.40 Uhr Bonsai Training 5-7 Jahre
16.30 - 17.30 Uhr	Kinder 7-10 Jahre weiss - orange	Kinder 7-10 Jahre weiss - orange	Kinder 7-10 Jahre weiss - orange	Kinder 7-10 Jahre weiss - orange	16.50 - 17.45 Uhr Bonsai Training 6-8 Jahre
17.45 - 18.45 Uhr	Kinder 9-13 Jahre grün - braun	Kinder 9-13 Jahre grün - braun	Kinder 9-13 Jahre grün - braun	Kinder 9-13 Jahre grün - braun	18.00 - 19.15 2BWe / Spezialtrainings
19.00 - 20.30 Uhr	Jugendliche Freikampf auf Turnier	Erwachsene ab 13 Jahre alle Graduierungen	Erwachsene Braun-Schwarz Training auf Dan- Prüfungen	Erwachsene ab 13 Jahre alle Graduierungen	19.15 - 21.15 Uhr Stützpunkt Ostschweiz
20.30 - 21.45 Uhr	KRAVMAGA		KRAVMAGA		