

Öffnungszeiten:
20 min vor und nach den Kurszeiten

Unterrichtsplan

ab 09.02.2026

	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag				Samstag			
Zeit	Matte 1	Tanz	Matte 2	Matte 3	Matte 1	Tanz	Matte 2	Matte 3	Matte 1	Tanz	Matte 2	Matte 3	Matte 1	Tanz	Matte 2	Matte 3	Matte 1	Tanz	Matte 2	Matte 3	Matte 1	Tanz	Matte 2	Matte 3
09.00-10.00																					9.30-10.15 Judo- bärchen 3 und 4 Cheyenne & Team	9.30-10.15 Ballett 4 und 5 Anastasia		
10.00-11.00																					10.00-10.45 Jiu Jitsu Kids 4 bis 6 Nova	10.00-10.45 Jiu Jitsu Kids 4 bis 6 Nova		
15.00-16.00		15.15-16.00 Modern Ballett Minis 3 bis 5 Mascha	15.30-16.15 Kickbox- minis 3 und 4 Angi	15.30-16.15 Jiu Jitsu Kids 4 bis 6 Thomas	15.15-16.00 Judo- Kids 4 bis 6 Daniela				15.30-16.15 kreativer Kindertanz mix 2,5 bis 4 Slawa			15.15-16.00 Judo- bärchen 3 bis 5 Pierre	15.45-16.45 Jiu Jitsu Kids 7 bis 9 A+F Thomas	Bewegungsparcour Kids bis 6 Jahre	15.15-16.00 Fit Kids Koordinations- schulung für 2,5 bis 5 Nadin	15.30-16.15 Hip Hop Breakdance 4 bis 6 Sebi			15.15-16.00 Judo ab 8 Cheyenne & Team	11.00-11.45 Ballett 5 und 6 Anastasia	10.45-11.45 Karate- Kids 5 bis 8 A Nova	11.15-12.00 Kickbox- Kids 5 und 6 Oguz		
16.00-17.00	16.15 - 17.15 Taekwondo ab 6 A+F Mascha	16.20-17.05 Kickbox- Kids 5 bis 7 Angi	16.15-17.15 Jiu Jitsu Kids 7 bis 9 A+F Thomas	16.00-17.00 Judo- Kids 6 bis 9 Daniela	16.15-17.00 Hip Hop Streetdance ab 8 Denise	16.15-17.15 KravMaga Kids ab 5 Sam	16.00-16.45 Karate- minis 4 bis 6 Max	16.15 - 17.15 Taekwondo ab 6 A+F Slawa	16.15-17.00 Zumba-Kids ab 6 Slawa	16.00-16.45 Judo- Kids 6 bis 7 Pierre	16.45-17.45 Judo 8 bis 10 Pierre	16.45-17.45 Jiu Jitsu Kids 7 bis 9 A+F Thomas	16.00-16.45 Yoga Kids Vorschule & Grundschule Nadin		16.15-17.00 Hip Hop Breakdance 7 und 8 Sebi	16.30-17.15 Kickbox- Kids 6 und 7 Oguz	16.00-16.45 Jiu Jitsu Kids 5 bis 8 Max	12.00-13.00 Taekwondo Kids & Jugendl. Anastasia	11.45-12.45 Ballett ab7 Anastasia	11.45-12.45 Karate Kids ab 9 & Jugendliche Nova	12.00-13.00 Kickboxen Kids 9 bis 12 Oguz			
17.00-18.00	17.15-18.15 Taekwondo ab 10 A+F Mascha	17.00-18.00 Modern Dance Kids 7 bis 9 Mascha	17.15-18.15 Capoeira Kids ab 4 Bilu	17.00-18.00 Judo ab 10 ab Orangegurt Daniela	17.00-18.00 Hip Hop Streetdance ab 12 A+F Denise	17.30 - 18.30 Kickboxen Eltern & Kids Oguz	16.45-17.45 Karate- Kids 6 bis 9 Max	17.15-18.15 Taekwondo ab 10 A+F Max	17.00-17.45 Latin-Dance for Kids ab 5 Salsa, Cha-Cha-Cha Rumba, Bachata etc Slawa	17.30 - 18.30 Kung Fu ab 11 oder ab Orangegurt A+F Pierre	17.45-18.45 Judo ab 11 oder ab Orangegurt A+F Pierre	17.45-18.45 Jiu Jitsu Kids 10 bis 13 A+F Thomas	17.30-18.30 Wing Chun Kids ab 6 Giovanni/Gaia		17.30-18.30 Kickboxen Kids ab 8 Michael	17.30-18.30 Kung Fu Kids 7 bis 10 Kian	17.30-18.30 Kickbox- Kids 8-12 Jahre Oguz	16.45-17.30 Kung Fu Kids 4 bis 6 Kian	16.45-17.45 Karate- Kids 6 bis 10 Max					
18.00-19.00	18.15-19.15 Taekwondo ab 14 A+F Mascha	18.00-19.00 Modern Dance Teens ab 10 Mascha		18.00-19.00 Kickboxen Jugendliche ab 14 Michael	18.00-19.00 Kickboxen Jugendliche ab 14 Michael		18.45-19.45 Karate Kids ab 9 & Jugendliche Max	18.15-19.15 Taekwondo ab 14 A+F Marcel	18.15-19.15 Taekwondo ab 10 Janina/ Sebi			18.45-19.45 Jiu Jitsu ab 14 A+F Thomas	18.30-19.30 Kung Fu Jugendliche ab 11 Kian		18.00-19.00 Hip Hop Breakdance Jugendliche ab 12 Sebi	18.30-19.30 Kung Fu Jugendliche ab 11 Kian	18.45-19.45 Kickboxen Jugendliche ab 13 Jahre & Erwachsene Oguz	18.30-19.30 KravMaga SV für Mädchen & Frauen Micha						
19.00-20.00	Marcel				19.00-20.00 Kickboxen Jugendliche ab 14 Sparring 14-tg. Michael																			
20.00-21.30					Bei allen grün umrandeten Kursen sind Gesundheitskurse. Teilnehmende Sportler, die 6 und 7 Jahre werden und sind, erhalten von den gesetzlichen Krankenkassen einen Zuschuss. Die anderen Altersklassen sind noch in der Beantragungsphase																			
	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag				Samstag			

