

SONDER - TRAININGSPLAN



KRAVolution
KRAV-MAGA-INSTITUT

Be prepared - Wetterabhängig findet das Training draußen oder drinnen statt

MONTAG	DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	BONN POPPELSDORF	BERGISCH GLADBACH
	Krav Maga Kiddies Training 16:00 Uhr bis 16:45 Uhr				
	Krav Maga Kids Training 17:00 Uhr bis 17:45 Uhr				
	Krav Maga Teens Training 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr				
	Krav Maga Adults Training 19:30 Uhr bis 20:30 Uhr				
DIENSTAG	DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	BONN POPPELSDORF	BERGISCH GLADBACH
		Krav Maga Women Training 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr	Krav Maga Adults Training 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr		
		Krav Maga Adults Training 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr	Krav Maga Fighting Training 20:30 Uhr bis 21:00 Uhr		
MITTWOCH	DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	BONN POPPELSDORF	BERGISCH GLADBACH
	Krav Maga Law Enforcement Training 17:00 Uhr bis 18:15 Uhr		Krav Maga Kiddies Training 16:00 Uhr bis 16:45 Uhr		Krav Maga Kids Training 17:00 Uhr bis 17:45 Uhr
	Krav Maga Adults Training 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr		Krav Maga Kids Training 17:00 Uhr bis 17:45 Uhr		Krav Maga Teens Training 17:45 Uhr bis 18:45 Uhr
			Krav Maga Teens Training 18:00 Uhr bis 18:45 Uhr		Krav Maga Adults Training 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
			Krav Maga Adults Training 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr		
DONNERSTAG	DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	BONN POPPELSDORF	BERGISCH GLADBACH
		Krav Maga Kiddies Training 16:00 Uhr bis 16:45 Uhr			
		Krav Maga Kids Training 17:00 Uhr bis 17:45 Uhr			
		Krav Maga Teens Training 18:00 Uhr bis 18:45 Uhr			
		Krav Maga Adults Training 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr			
FREITAG	DEUTZ	EHRENFELD	SANKT AUGUSTIN	BONN POPPELSDORF	Much
		Krav Maga Law Enforcement Training Szenario 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr	Krav Maga Adults Training 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr	Krav Maga Teens Training 17:45 Uhr bis 18:45 Uhr	Krav Maga Adults Training 18:45 Uhr bis 20:15 Uhr
		Krav Maga Fighting Training 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr		Krav Maga Adults Training 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr	
SAMSTAG	DEUTZ	Ehrenfeld	Brühl	BONN BEUEL	BERGISCH GLADBACH
	Krav Maga Adults Training 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr	Krav Maga Adults Training 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr	Krav Maga Teens Training 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr	Krav Maga Adults Training 13:30 Uhr bis 15:00 Uhr	* Krav Maga Adults Training 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr
			Krav Maga Adults Training 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr		

* im Langemarckweg 14

* im Moizfeld 86, Bergisch Gladbach