Montag

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:00 BJJ 8-9 Uhr				
10:30 Parkinson Yoga extern 10:30-11:30 Bernd				
11:30				
14:30 Thomas Schul 14:30 Kung-Fu ab14				
17:30 Kyokushin Kinder 17-18 Uhr SegiLea				
18:30 Thaiboxen Aladdin 18:15 bis 19:30	Nathalie Pilates extern	PFA Chuck 18:30 19:30	Kyokushin Karate Sigi 18:00 Bis 19:30	extern Julien Wing Chun 19 Uhr - 20 Uhr 30
19:30 frei		Nostyle Selfdefense Uwe 20 Uhr bis 21:30 Uhr	Tendo Ryu 19:45 bis 21:15 Uhr Gerald/ Heidrun	
20:30 LSK Schwert Wolfgang Fortgeschr. 20:45 22:15				
21:30				
22:30				
23				

Dienstag

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:30				
9:30				Yvonne Yoga
10:30				
11:30				
14:30 Akiko Jugend Mercel 18 bis 19:15 Uhr	Yvonne Yoga			
17:30				
18:30 Akiko Erwachsene bis 21:15		Bujinkan 18 uhr bis 20:00		
19:30			Malerei 19:30	
20:30		Cobrakai Kickboxen 20:00 Bis 21:00	Chuck 19:30 bis 20:30 Pause	FB 20:30
21:30				
22:30				
23				

Mittwoch

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:30				
9:30				
10:30				
11:30				
14:30		Denise Schulkinder Hochbau Ex		
17:30		Kyokushin Karate Sigi 17 bis 18 Karate Sigi 18 bis 19:15		
18:30 thaiboxen Aladdin 18:15 19:30	Johanna Yoga 18 uhr bis 19:30 extern		Julien extern Wing Chun 18:30Uhr bis 21:30	
19:30	Anna G Yoga extern	Pencak Silat Chihab 19:30 bis 21:00	Kampf-kunst taber Myriam 19:00 Bis 20:30	
20:30 Nostyle Selfdefense Uwe 20 Uhr 21Uhr30				
21:30				
22:30				
23				

Donnerstag

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:30				
9:30				
10:30				
11:30				
14:30				
17:30 Bujinkan		PFA 17-18 Uhr	Box-Workout 18 Uhr Melanie 18:45 Box-workout bis 20:30 Uhr	
18:30 Maxim 17:30 bis 19:30 Uhr	Anna G 19:00 uhr Yoga extern	Chuck		
19:30 Brasilian Ju Jitu 19:30 bis 21:45 Uhr	20 Uhr Hokuahin	19:30 Bis 21:30 Akiko		Melanie
20:30 Marvin	Pascal extern			
21:30				
22:30				
23				

Freitag

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:30 BJJ 8-9 Uhr				
9:30				
10:30				
11:30				
14:30				
17:30	Qi-Gong Mathia 16-19 Uhr extern			
18:30 Schwert Kinder Wolfgang 18:30		Brasilian Jiu Jitu 18-19:45 Uhr Marvin	Kyokushin karate 18-19:30 Siegi	
19:30 Schwert 1,5 Händ Anfänger bis 21:30 offenes Training Kidsjo für alle		Nostyle Selfdefense Uwe 20 uhr bis 21Uhr30		
20:30				
21:30				
22:30				
23				

Samstag

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:30				
9:30				Yoga Bernd extern 8:30-10:00
10:30 Iaijutsu Iuma 10 Uhr bis 12 Uhr				
11:30				
14:30				
17:30 Thaiboxen Aladdin 17:00 bis 18:15Uhr		1 monat 17-21:30 Raufspiele Alex Deutschmann externe Gruppe		
18:30				
19:30				
20:30				
21:30				
22:30				
23				

Sonntag

Dojo I	Dojo II	Dojo III	Dojo IV	DojoV
8:30				
9:30				
10:30				
11:30				
14:30			14:15-15:45 Nicole extern privat	
17:30				
18:30		18:30 20 Uhr Hokuahin Pascal extern		
19:30				
20:30				
21:30				
22:30				
23				