

Kursplan

(gültig ab 01.01.2020)

BUDO-KELLER BONLANDEN

Fabrikstraße 5
70794 Filderstadt

www.budo-keller.de
info@budo-keller.de



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Kinder / Jugendliche	Kinder-Karate Anfänger – Orange 14.30 – 15.30 Uhr		Kinder-Karate Anfänger – Orange 14.45 – 15.45 Uhr	Kinder-Karate Anfänger – Orange 14.30 – 15.30 Uhr	Kinder-Karate Anfänger – Orange 15.15 – 16.15 Uhr		
	Kinder-Karate Orange – Grün 15.30 – 16.45 Uhr	Kinder-Karate Gelb – Grün 15.30 – 16.45 Uhr	Kinder-Karate Orange – Blau 15.45 – 17.00 Uhr	Kinder-Karate Orange – Grün 15.30 – 16.45 Uhr			
		Kinder-Karate Blau – Braun 16.45 – 18.15 Uhr		Kinder-Karate Blau – Braun 16.45 – 18.15 Uhr			
			Jugend-Karate Dan-Vorbereitung 17.00 – 18.30 Uhr	Jugend-Karate 18.15 – 19.30 Uhr	Jugend-Karate 16.15 – 17.30 Uhr		
	Kinder-Kickboxen 16.45 – 18.15 Uhr			Jugend-Hapkido 18.15 – 19.30 Uhr	Jugend-Kickboxen 17.00 – 18.15 Uhr	Jugend-Arnis 10.00 – 11.45 Uhr Teilnahme nach Absprache	
Erwachsene	MMA 19.00 – 21.00 Uhr	Luta Livre 19.00 – 21.00 Uhr	Luta Livre 19.00 – 21.00 Uhr	Hapkido 19.30 – 21.00 Uhr	Hapkido 17.30 – 19.00 Uhr	Modern Arnis Dan-Vorbereitung 10.00 – 11.45 Uhr Teilnahme nach Absprache	Luta Livre / MMA-Open Mat Teilnahme nach Absprache
			Karate 20.30 – 22.15 Uhr	Karate 19.30 – 21.00 Uhr	Karate Dan-Training 17.30 – 19.00 Uhr	Nickelstick-Balintawak 12.00 – 14.00 Uhr Termine siehe Aushang/Homepage	
					Frauen-SV 18.00 – 20.30 Uhr Termine siehe Aushang/Homepage	Atillo-Balintawak 14.00 – 17.00 Uhr Termine siehe Aushang/Homepage	Yoga 17.00 – 18.30 Uhr Termine siehe Aushang/Homepage
	Kickboxen 19.30 – 21.30 Uhr	Modern Arnis 19.30 – 21.00 Uhr		Kickboxen 19.30 – 21.00 Uhr	Modern Arnis 19.00 – 21.00 Uhr (19.00 – 20.30 Uhr, wenn Bo-Jutsu folgt)	Boxen 16.00 – 17.30 Uhr	
	SFA-Silat 19.30 – 21.00 Uhr	Functional Training 21.00 – 22.15 Uhr		Functional Training 21.00 – 22.15 Uhr	Bo-Jutsu 20.30 – 22.00 Uhr Termine siehe Aushang/Homepage	SFA-Silat 11.00 – 13.00 Uhr Teilnahme nach Absprache	

Wenn keine Kurse oder Lehrgänge stattfinden, können Budo-Keller-Mitglieder die Räume für ein freies Training nutzen.