KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN

# *Trainingsplan für unsere Kinder & Erwachsenen*

*- ab Sept. 2025*

| ***Montag*** | ***Dienstag*** | | ***Mittwoch*** | ***Donnerstag*** | ***Freitag*** |
|---|---|---|---|---|---|
| *15:30 – 16:00*<br>**Zwerg-Drachen**<br>*(3 - 5 Jahre)* | *15:00 – 15:30*<br>**Zwerg-Drachen**<br>*(3 - 5 Jahre)* | | *15:30 – 16:00*<br>**Zwerg-Drachen**<br>*(3 - 5 Jahre)* | | *14:00 – 15:00 Uhr*<br>**Zwerg- & Kleine Drachen**<br>*(3 - 8 Jahre)* |
| *16:10 – 17:10*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* | *15:45 – 16:45*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* | | *16:10 – 17:10*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* | *15:45 – 16:45*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* | *15:15 – 16:15*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* |
| *17:20 – 18:20*<br>**Große Drachen**<br>*(ab 9 Jahre)* | *16:55 – 17:55*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* | | *17:20 – 18:20*<br>**Große Drachen**<br>*(ab 9 Jahre)* | *17:00 – 18:00*<br>**Kleine Drachen**<br>*(6 - 8 Jahre)* | *16:30 – 17:30*<br>**ALLE Drachen (ab ORANGE)**<br>*(ab 6 Jahre)* |
| *18:30 – 19:30*<br>**Fgs. Drachen**<br>*(ab 5. Kyu)* | *18:10 – 19:10*<br>**ALLE Drachen (ab Orange)**<br>*(6+ Jahre)* | *18:10 – 19:10*<br>**Jukuren**<br>*(Erw. ab 45 J. + Erw. Anfänger)* | *18:30 – 19:30*<br>**Fgs. Drachen & Fgs. Erwachsene** | *18:15 – 19:15*<br>**Große Drachen**<br>*(ab 9 Jahren)* | *17:40 – 18:40*<br>**ALLE Drachen**<br>*(ab 6 Jahre)* |
| *19:45 – 20:45*<br>**Erwachsene, alle** | *19:30 – 20:30*<br>**Genki Budo**<br>*(ab 12 Jahre)* | | *19:45 – 20:45*<br>**Erwachsene, alle** | *19:30 – 20:30*<br>**Selbstverteidigung**<br>*(Jugendl. & Erwachs.)* | |