

Was? Wo? Wann? im Budokan

(Stand: 01.06.2022)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Judo					
Jiu-Jitsu Ju-Jutsu N-Tai-Jitsu	20:00 Dojo			20:00 Dojo	
Savate Boxe Française		19:00 Dojo			18:00 Dojo
Canne et Bâton					18:00 Dojo
Friskis och Svettis	18:00 l/m FTS	17:45 l/m BWS	17:00 m Dojo 18:00 m BWS a	09:00 l/m Dojo	17:00 m Dojo
Volleyball		19:00 BWS n			
Schon Gymnastik	17:00 Dojo 18:00 Dojo				
Krafttraining	Nur für Teilnehmer mit Qualifikationsnachweis Zeiten entsprechend Aushang am Eingang zum Dojo/Praxis				

Trainingsstätten: Dojo Am Spielplatz 11, Frankenberg
 BWS Burgwaldschule, a-alte Halle, n-neue Halle
 FTS Friedrich-Trost-Schule

Leistungsstufen: el: extra leicht, l: leicht, m: mittel, p: power

In den Schulferien kein Training in Schulhallen und ansonsten abweichende Trainingszeiten!