

Trainingsraum 1		chinesischer Trainingsraum (Wu Guan)			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
17.00 - 17.30 Langstocktraining	19.00 - 20.30 Krav Maga alle	17.00 - 17.30 Kinder Kug Fu	19.30 - 20.45 Qi Gong + Tai Chi	16.30 - 17.00 Kinder Kung Fu	9.00 - 10.00 3. Samstag SV
17.30 - 18.30 KF Kids 8-14 Jahre	Kraft/Ausdauer/Technik	17.30 - 18.30 KF Kids 8-14 Jahre	20.45 - 21.30 Tai Chi Chuan Waffe	17.15 - 18.30 KF ab blau Scherpe	alle Trainer + Helfer
19.30 - 20.45 Qi Gong + Tai Chi	20.00 - 21.00 Kickboxen Erw. Sandsack/Pratze	18.30 - 20.00 Kung Fu Erw. und ab blauer Sch.		18.30 - 20.00 Krav Maga und Kickboxen Erw.	10.30 - 12.00 1. Samstag Tai Chi Tai Chi Trainertraining

Trainingsraum 2		japanischer Trainingsraum (Dojo)			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	1. + 3. Samstag
	19.30 - 21.00 Aikido		19.30 - 21.00 Aikido	18.30 - 19.30 Krav Maga Jugend Leichtkontakt Jugend	10.15 - 11.00 Löwentanztraining
					11.00 - 12.00 Formen/Wettkampftraining

Trainingsraum 3		koreanischer Trainingsraum (Dojang)			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	18.00 - 19.30 TKD und Leichtkontakt Kinder und Erw.		18.00 - 19.30 TKD Kinder und Erw.		
			19.30 - 20.30 Kung Fu Erw.		

Trainingsraum 4		chinesischer Trainingsraum (Wu Quan)			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
18.30 - 19.30 Wing Chun Waffentraining		18.00 - 19.15 Wing Chun			

**Trainingsplan
Sommertrainingsplan
19.08.- 15.09.2019**

CKI

Dieselstr. 6
89231 Neu-Ulm
0731/9806075

<http://cki.gckf.de>
info@gckf.de

Öffnungszeiten

Montag 17.00 - 21.00
Dienstag 17.00 - 21.30
Mittwoch 16.00 - 20.00
Donnerstag 17.00 - 21.30
Freitag 16.00 - 20.30
Samstag 10.00 - 13.00



**Freitraining jederzeit
möglich!!!
Personaltraining nach
Absprache!!!**