Zeiten	Montag	Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	Freitag	
16:00							**Kinder 4 - 6 Jahre** Juliane 16:00 - 17:00	
16:45								
17:00		**Kinder 7 - 12 Jahre** **ab 9.Kyu** Juliane 16:45 - 17:45		**Jugend 13 - 17 Jahre** **Anfänger /Fortgeschrittene** Thomas 17:00 - 18:15			**Kinder 7-12** **Anfänger** Michael 17:00-18:00	**Erwachsene** **Anfänger** Juliane 17:00-18:00
17:45								
18:00		**Kinder Wettkampf**** Juliane 17:45 - 18:15						
18:15							**Kinder** **ab 8. Kyu** Roland 18:00 - 19:00	
18:30				**Jugend 13 - 17 Jahre** **Fortgeschrittene** Thomas 18:15 - 19:30				
19:00								
19:30							**Unter- und Mittelstufe** **9. - 4. Kyu** Roland 19:00 - 20:15	
19:45								
20:00				**Gesundheitstraining*** alle geraden Wochen Roland 19:45 - 21:15	**Kyusho Training*** alle ungeraden Wochen Roland 19:45 - 21:15			
20:15	**Oberstufe** **ab. 4. Kyu** Michael 20:00 - 21:30	**Unter- und Mittelstufe** **9. - 4. Kyu** Nicky 20:00 - 21:30	**Anfänger Erwachsene** Tim 20:00 - 21:30				**Oberstufe** **ab 3. Kyu** Roland 20:15 - 21:45	
21:00								
21:15								
21:30								
21:45								