

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
12:00					
13:30					
16:30					
17:00					
17:30		Kickboxen 17:30 - 19:00	Allkampf 16:30 - 18:00		BJJ Kids (ab 5 J.) 17:00 - 18:00
18:00	Allkampf 18:00 - 19:30		BJJ Erwachsene 18:00 - 19:30		BJJ Erwachsene 18:00-19:30
18:30					
19:00	BJJ Dino Plus (ü40) 19:30 - 20:30	BJJ Erwachsene 19:00 - 20:30		Grappling 19:00 - 20:30	
19:30					
20:00					
20:30					