

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16.45 - 17.30 KUNG FU WING CHUN KIDS (fun) (3 - 5 Jahre)	16.15 - 17.00 KUNG FU WING CHUN KIDS (fun) (3 - 5 Jahre)	16.45 - 17.30 KUNG FU WING CHUN KIDS (fun) (3 - 5 Jahre)	16.15 - 17.00 KUNG FU WING CHUN KIDS (fun) (3 - 5 Jahre)	16.45 - 17.30 KUNG FU WING CHUN KIDS (fun) (3 - 5 Jahre)	10.30 – 13.30 Uhr PRIVATE- AKADEMIE-KLASSE FÜR: --Sifus -Privat-Schüler - Interessenten	10.30 - 11.15 HERZ- MEDITATION
17.30 - 18.30 KUNG FU WING CHUN KIDS (5 1/2 - 11 Jahre)	17.00 - 18.00 KUNG FU WING CHUN KIDS (5 1/2 - 11 Jahre)	17.30 - 18.30 KUNG FU WING CHUN KIDS (5 1/2 - 11 Jahre)	17.00 - 18.00 KUNG FU WING CHUN KIDS (5 1/2 - 11 Jahre)	17.30 - 19.00 KUNG FU WING CHUN TEENS (12 - 17 Jahre)	13.30 - 14.30 INTERNAL-POWER TRAINING – K.I. (Energie-Arbeit)	
18.30 – 19.30 KUNG FU WING CHUN TEENS (12 - 17 Jahre)	18.00 - 19.30 FREIES TRAINING	18.30 - 20.00 POWER Kick Punch Fit	18.00 - 19.30 FREIES TRAINING	19.00 - 20.30 RAUM FÜR MEHR BEWUSSTSEIN ((ESCRIMA) (ab 18 Jahre)	JEDEN 01ten & 03ten ! OUTDOOR-TRAINING IN MZ-KOSTHIEM Wing Chun KIDS (ab 3 Jahre) 14.15 – 15 Uhr Wing Chun KIDS (ab 6 Jahre) 15 – 16 Uhr	
19.30 - 21.00 POWER Kick Punch Fit	19.30 - 21.00 KUNG FU WING CHUN & STREET DEFENCE		19.30 - 21.00 KUNG FU WING CHUN & STREET- DEFENCE			



WICHTIGE DETAILS FÜR UNSERE FESTEN MITGLIEDER!

Das „OUTDOOR-TRAINING“ in Mainz-Kastel ist für unsere festen Mitglieder kostenfrei, solange wir es anbieten können! Das Training findet jeweils immer am 01ten und 03ten Samstag im Monat statt. Sollte es zu heiß oder schlechtes Wetter sein fällt es aus. (Bei Interesse bitte in die Whatts-App-Gruppe eintragen lassen!)

Bitte beachten Sie auch unsere **Kombipaket-Schulungsangebote**, die Sie auf unserer Homepage unter „Aktuelle Preise & Tarife“ finden.

Als Zusatzbonus sind die „LEHRVIDEOS AUF UNSERER MITGLIEDERPLATTFORM“ für feste Mitglieder kostenfrei!

(Es gibt hier einen speziellen Bereich für Eltern / Schüler / Ausbilder und Sifus!)