

SPORTSCHULE LOTHAR NEST



Trainingszeiten

gültig ab 15. März 2010

Montag	16.00 - 17.00 Uhr Judo - kleine Kinder - Anfänger 17.00 - 18.00 Uhr Judo - mittlere Kinder 18.00 - 19.00 Uhr Judo - große Kinder /Jugend 18.30 - 20.30 Uhr Karatedo Doshinkan - Jugend/Erwachsene 19.00 - 20.15 Uhr Ju-Jutsu-Fighting - Erwachsene 19.00 - 20.15 Uhr Tae-Kwon-Do - Erwachsene
Dienstag	16.00 - 17.00 Uhr Judo - kleine Kinder 17.00 - 18.00 Uhr Judo - mittlere Kinder 17.00 - 18.00 Uhr Kung Fu - Kinder 18.00 - 19.00 Uhr Judo - mittlere Kinder- Farbgurte 18.00 - 18.45 Uhr Qi Gong - für jedes Alter 18.00 - 19.00 Uhr Reduktionsgymnastik - für jedes Alter 19.00 - 20:15 Uhr Kung Fu - Erwachsene 19.00 - 20:15 Uhr Serrada Escrima - Erwachsene 19.00 - 20:15 Uhr Profi-Boxen- Erwachsene
Mittwoch	16.00 - 17.00 Uhr Judo - kleine Kinder 17.00 - 18.00 Uhr Judo - mittlere Kinder 18.00 - 19.15 Uhr Judo - mittlere Kinder- Fortgeschrittene 18.00 - 20:30 Uhr Profi-Boxen- Erwachsene 18.45 - 20.00 Uhr Boxen - Jugend - Junioren- Erwachsene 19.15 - 20.30 Uhr Kick-Boxen
Donnerstag	16.00 - 17.00 Uhr Judo - kleine Kinder 17.00 - 18.00 Uhr Judo - mittlere Kinder 17.00 - 18.00 Uhr Tae-Kwon-Do - Jugend 17.00 - 18.00 Uhr Kung Fu - Kinder 18.00 - 19.15 Uhr Kick-Boxen - Jugend 18.00 - 19.15 Uhr Kung Fu - Erwachsene / Jugendliche 18.00 - 19.15 Uhr Serrada Escrima - Erwachsene / Jugendliche 19.15 - 20.30 Uhr Ju-Jutsu - Erwachsene
Freitag	16.00 - 17.00 Uhr Judo - mittlere Kinder Anfänger 17.00 - 18.00 Uhr Judo - mittlere Kinder 18.00 - 19.00 Uhr Reduktionsgymnastik - für jedes Alter 18.00 - 19.30 Uhr Profi-Boxen- Erwachsene 18.00 - 19.15 Uhr Judo - mittlere Kinder /Jugend - Fortgeschrittene 19.15 - 20.30 Uhr Boxen - Jugend - Junioren- Erwachsene 19.15 - 20.30 Uhr Kick-Boxen - Erwachsene
Sonnabend	10.00 - 12.00 Uhr Karatedo Doshinkan - alle Altersklassen 11.00 - 12.00 Uhr Tae-Kwon-Do - Kinder 12.00 - 13.00 Uhr Tae-Kwon-Do - Fortgeschrittene 12.00 - 13.00 Uhr Kung Fu - Kinder 13.00 - 14.15 Uhr Kung Fu - Erwachsene / Jugendliche

SPORTSCHULE LOTHAR NEST



Judo Plus für Kinder mit erweiterten Techniken aus anderen Kampfsportarten (Aikido, Karate, Ju-Jutsu, Tae-Kwon-Do, usw.)

Aufnahmegebühr und Kosten:

Bei Abschluss eines Jahresvertrages betragen die monatlichen Kursgebühren 30,- €.

Bei einem Halbjahresvertrag 35,- €, bei einem Dreimonatsvertrag 40,- € pro Monat.

Die einmalige Verwaltungs- und Aufnahmegebühr beträgt 20,- €.

Bei täglichem Training (freie Kombination der Sportarten) beträgt die mtl. Gebühr 50,- €.

Familienrabatte - dreimaliges Probetraining (5,- pro Einheit) möglich.

Änderungen (z.B. durch Gast-Trainer) werden rechtzeitig bekannt gegeben,

Achtung: Ständig Kursangebote / Wochend-Seminare

+++ Informationen jederzeit gern telefonisch oder in der Sportschule mit individueller Beratung +++

Lerne von den Besten...

