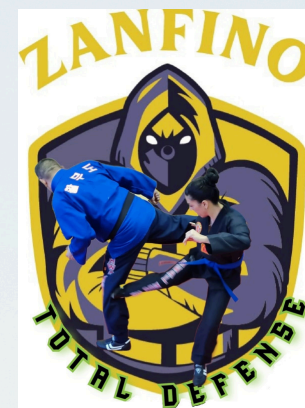


ZANFINO TOTAL DEFENSE "2" NIDDERAU-OSTHEIM

SELBSTVERTEIDIGUNG, KAMPFSPORT & FITNESS

AKTUELLER TRAININGSPLAN



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	
ZTD- Senioren Sport Aktiv und Vital 10:00 – 11.00 Uhr	Privat Training 10:00 – 11.00 Uhr	Unbesetzt 10:00 – 11.00 Uhr	Unbesetzt 10:00 – 11.00 Uhr	Privat Training 10:00 – 11.00 Uhr	Unbesetzt 10:00 – 11.00 Uhr	Geschlossen Ganztägig
Hapkido "Bambini" 4 – 7 Jahre 16:00 – 17.00 Uhr	Unbesetzt 16:00 – 17.00 Uhr	Unbesetzt 14:00 – 16:00 Uhr	Hapkido "Bambini" 4 – 7 Jahre 16:00 – 17.00 Uhr	Kickboxen "Panda" 4 – 8 Jahre 16:00 – 17.00 Uhr	Unbesetzt 16:00 – 17.00 Uhr	Geschlossen Ganztägig
Hapkido Kids 8 – 13 Jahre 17:00 – 18.00 Uhr	Kickboxen "Panda" 4 – 8 Jahre 17:00 – 18.00 Uhr	In Planung Kids-Fitness 17.00 – 18.00 Uhr	Hapkido Kids 8 – 13 Jahre 17:00 – 18.00 Uhr	Kickboxen "Kids" 9– 13 Jahre 17:00 – 18.00 Uhr	Unbesetzt 17:00 – 18.00 Uhr	Geschlossen Ganztägig
Hapkido Teens ab 14 Jahre 18:00 – 19.00 Uhr	Kickboxen "Kids" 9– 13 Jahre 18:00 – 19.00 Uhr	Frauen - Fitness ZTD- Konzept 18.00 – 19.00 Uhr	Kickboxen "Adult" ab 14 Jahre 18:00 – 19.00 Uhr	Sandra's- Fitness ZTD - TABATA 18.00 – 19.00 Uhr	Unbesetzt 18:00 – 19.00 Uhr	Geschlossen Ganztägig
Hapkido Adult ab 16 Jahre 19:00 – 20.00 Uhr	Kickboxen "Adult" ab 14 Jahre 19:00 – 20.00 Uhr	Frauen-Kickboxen WKU-Verband 19.00 – 20.00 Uhr	Hapkido Adult ab 16 Jahre 19:00 – 20.00 Uhr	Frauen-Kickboxen WKU-Verband 19.00 – 20.00 Uhr	Unbesetzt 19:00 – 20.00 Uhr	Geschlossen Ganztägig
Unbesetzt 20:00 – 21.00 Uhr	Unbesetzt 20:00 – 21.00 Uhr	Unbesetzt 20:00 – 21.00 Uhr	Unbesetzt 20:00 – 21.00 Uhr	Unbesetzt 20:00 – 21.00 Uhr	Unbesetzt 20:00 – 21.00 Uhr	Geschlossen Ganztägig

WIR BIETENT 2X UNVERBINDLICHES PROBETRAINING AN.

KONTAKT: +49 177-9771193 / +49 176 14879451 / ZANFINO-TOTAL-DEFENSE.DE