



Donatusstr. 107-109 | Halle D1  
 50259 Pulheim/Brauweiler  
 Telefon 0221-2786850  
 Info@karateschule-vanBeeck.de  
 www.Karateschule-vanBeeck.de

**Öffnungszeiten:**

Montag 15.00–19.30 Uhr  
 Dienstag 17.30–21.00 Uhr  
 Mittwoch 16.30–19.30 Uhr  
 Donnerstag 17.30–21.00 Uhr  
 Freitag 15.00–19.30 Uhr

# Trainingsplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup>	Karatevorschule-1 5 bis 8 Jahre				Karatevorschule-3 5 bis 8 Jahre
16 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup>	Freies Training				Freies Training
16 <sup>30</sup> - 17 <sup>30</sup>	Kinder-1 8 - 13 Jahre		Karatevorschule-2 5 bis 8 Jahre		Kinder-1 8 bis 13 Jahre
17 <sup>30</sup> - 18 <sup>00</sup>	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training
18 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	Kinder-2 8 bis 13 Jahre	Jugend-1 14 bis 17 Jahre	Kinder-3 8 bis 13 Jahre 1x wöchentlich	Jugend-1 14 bis 17 Jahre	Kinder-2 8 bis 13 Jahre
19 <sup>00</sup> - 19 <sup>30</sup>	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training
19 <sup>30</sup> - 20 <sup>30</sup>		Erwachsene		Erwachsene	
20 <sup>30</sup> - 21 <sup>00</sup>		Freies Training		Freies Training	

Stand : Juli 2010