



ab 01.08.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:30- 17:15 Uhr	-	KIDS	-	KIDS	BJJ KIDS 16:00-17:00	-	-
17:30- 18:15 Uhr	BJJ KIDS 17.00-18:00	TEENS	-	TEENS	BJJ Gi 17:15-18:45	-	-
18:30- 19:15 Uhr	SV/BJJ LADYS 18:15-19:15	-	-	BOXING	BJJ No-Gi 19:00-20:30	-	-
19:30- 20:15 Uhr	BJJ 19:15-20:45	OPEN MAT	-	ROOKIES	-	-	-
20:30- 21:15 Uhr		OPEN MAT	-	ADVANCED	-	-	-

Während der gesamten Öffnungszeit ist generell "freies" Training möglich. Kurse finden ab 2 Teilnehmern statt.

Der Kursplan kann nach Bedarf angepasst werden. Dies gilt auch für Vormittagseinheiten.

Samstag oder Sonntag Seminare möglich. Social Media beachten!