



Sport- & Gesundheitszentrum Hohenlimburg

Trainingszeiten



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
16.00 16.15						
16.30 16.45	Ch´uan-Fa Kempo (Kinder)	Hagakure-Ryu-Aikijutsu (Kinder)	Ch´uan-Fa Kempo (Kinder)	Hagakure-Ryu-Aikijutsu (Kinder)	Tactical-Combat	
17.00 17.15						
17.30 17.45	Muay Thai / Kickboxen		Tactical-Combat		Muay Thai / Kickboxen	
18.00 18.15						
18.30 18.45	Asia Fitness	Hagakure-Ryu-Aikijutsu (Erwachsene)	Asia Fitness	Hagakure-Ryu-Aikijutsu (Erwachsene)		
19.00 19.15						
19.30 19.45	Deng-T´ai-Chi-Ch´uan (Anfänger)	Deng-T´ai-Chi-Ch´uan (Fortgeschrittene)		Hagakure-Ryu-Iaijutsu / Hagakure-Ryu-Kenjutsu		
20.00 20.15						
20.30 20.45						
21.00 21.15						
21.30 21.45						
22.00 22.15						

Sport- & Gesundheitszentrum Hohenlimburg

Unter Leitung von Detlef Lampe & Markus Wortmann

Stennertstrasse 2 - 58119 Hagen-Hohenlimburg

Mobil: 0176/24142114

email: hagakure-ryu@web.de

