



## ZOMERROOSTER

Maandag 23 juli tot en met zondag 2 september 2018

### MAANDAG

19:00 – 20:00 uur	Vrije training	voor alle leden vanaf 14 jaar en ouder <i>Vrij gebruik van de dojo</i>
20:00 – 21:00 uur	Boksen	Junioren / senioren vanaf 16 jaar

### DINSDAG

18:00 – 19:00 uur	Kickboksen	KIDS + jeugd 5 t/m 13 jaar
19:00 – 20:00 uur	Kickboksen	Junioren / senioren vanaf 14 jaar
20:00 – 21:00 uur	Systema	Junioren / senioren vanaf 16 jaar

### WOENSDAG

18:00 – 19:00 uur	Karate	KIDS + jeugd 5 t/m 13 jaar <i>witte band</i>
19:00 – 20:00 uur	Karate	jeugd 8 t/m 13 jaar <i>vanaf gele band en hoger</i>
20:00 – 21:00 uur	Karate	Junioren / senioren vanaf 14 jaar <i>alle banden</i>

### DONDERDAG

17:00 - 17:50 uur	Judo	Ukkies beginners + gevorderden 3 & 4 jaar
18:00 – 19:00 uur	Judo	KIDS + jeugd 5 t/m 13 jaar
19:00 – 20:00 uur	Judo	Junioren / senioren vanaf 14 jaar
20:00 – 21:00 uur	Boksen	Junioren / senioren vanaf 16 jaar

### VRIJDAG

19:00 – 20:00 uur	Vrije training	voor alle leden vanaf 14 jaar en ouder <i>Vrij gebruik van de dojo</i>
-------------------	----------------	---

### ZATERDAG

10:00 – 11:00 uur	Brazilian Jiu - Jitsu	jeugd 8 t/m 13 jaar
11:00 – 12:30 uur	Brazilian Jiu - Jitsu	Junioren / senioren vanaf 14 jaar

**TEAM CHIKARA WENST IEDEREEN EEN PRETTIGE VAKANTIE!**