



BUDOROOSTER

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
			9.00-10.00 CARDIO BOKSEN		10.00-11.00 BRAZILIAN JIU-JITSU jeugd 8 t/m 13 jr	10.00-11:30 JUDO WEDSTRIJD TRAINING
		13.30-14.15 JUDO UKKIES 3 & 4 jr beginners			11.00-12.30 BRAZILIAN JIU-JITSU Vanaf 14 jr	
			16:15-17:00 JUDO UKKIES 3 & 4 jr gevorderden			
	17.00-17.50 KIDS KICKBOKSEN 5 t/m 7 jr	17.00-17.50 KIDS KARATE 5 t/m 7 jr	17.00-17.50 KIDS JUDO 5 t/m 7 jr			
18.00-19.00 KARATE jeugd beginners 8 t/m 13 jr witte band	18.00-19.00 KICKBOKSEN jeugd 8 t/m 13 jr	18.00-19.00 KARATE jeugd beginners 8 t/m 13 jr witte band	18.00-19.00 JUDO jeugd 8 t/m 13 jr	18.00-19.00 KICKBOKSEN jeugd 8 t/m 13 jr		
19.00-20.00 KARATE jeugd gevorderden 8 t/m 13 jr vanaf gele band	19.00-20.00 KICKBOKSEN vanaf 14 jr	19.00-20.00 KARATE jeugd gevorderden 8 t/m 13 jr vanaf gele band	19.00-20.00 JUDO vanaf 14 jr	19.00-20.00 KICKBOKSEN vanaf 14 jr		PERSONAL TRAINING Weerbaarheid Rots & Water Boksen Kickboksen Karate
20.00-21.00 KARATE gevorderden vanaf 14 jr blauw, bruine band en dangraden	20.00 -21.30 SYSTEMA vanaf 16 jr	20.00-21.00 KARATE beginners + gevorderden vanaf 14 jr alle banden	20.00-21.30 BOKSEN	20.00-21.00 KARATE beginners vanaf 14 jr wit, geel, oranje en groene band		Informeer naar de mogelijkheden
20.30-21.30 BOKSEN						