Sport Akademie Dr. Lee Ibbenbüren

www.sportakademie-ibb.de

ab 06.01.2025

Zeiten	Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
17.00	17.00-18.00 Uhr **Kung Fu Tiger** 5 - 12 Jahre		17.00-18.00 Uhr **Kung Fu Tiger** 5 - 12 Jahre		*Anfänger* 15.00-16.30 Uhr **Lowkick-Boxing** mind. 14 Jahre / -99+ **+Selbstverteidigung**	10.00-11.30 Uhr **Haidong Gumdo** Schwertkunst, ab 12 Jahren **nur mit Voranmeldung**
18.00	18.15-19.45 Uhr **Kung Fu / Hapkido** ab 12 Jahren / -99+ und Erwachsene		18.15-19.45 Uhr **Kung Fu / Hapkido** ab 12 Jahren / -99+ und Erwachsene	18.00-20.00 Uhr **Wettkampf Training** mit Ausrüstung für alle Mitgl. offen	**SV-Kurse (10h)** www.esv-training.de **nur mit Voranmeldung**	
20.00 21.00	19.45-21.00 Uhr **Sanshou Sanda (K1)** chinesisches Boxen ab 14 Jahren	19.45-21.00 Uhr **Sanshou Sanda (K1)** chinesisches Boxen ab 14 Jahren				

KF=Kung Fu / HKD=Hapkido / PMA=PoliceMartialArts / SV=Selbstverteidigung / HDGD = Haidong Gumdo