



Amateursportverein Yoseikan Budo & Fitness Heide

Heide 1 - 39040 Auer / Ora

Trainingsplan – Allenamenti

Dienstag / Martedì	Donnerstag / Giovedì
	17:00 - 18:00 Yoseikan Budo Einsteiger / principianti U8
18:00 - 19:00 Yoseikan Budo Schüler / allievi U11	18:00 - 19:00 Yoseikan Budo Schüler / allievi U11
19:00- 20:00 Yoseikan Budo Jugend / giovani U14	19:00- 20:00 Yoseikan Budo Jugend / giovani U14
20:00 - 21:15 Yoseikan Budo mit Yoseikan Cardio Training und Tai-Ki Erwachsene ab 15 / adulti 15 +	20:00 - 21:15 Yoseikan Budo mit Yoseikan Cardio Training und Tai-Ki Erwachsene ab 15 / adulti 15 +

Kostenlose Schnupperstunden – lezioni di prova gratuite

Einstiegsmöglichkeit: jederzeit – si può iniziare in qualsiasi momento

* Der Kurs wird ab 10 Teilnehmern abgehalten – * partecipanti minimi per attivare il corso: 10 allievi

Anmeldung und Auskunft:

Iscrizioni ed informazioni:

Tel. 339 4683 254

E-Mail: info@yoseikan-budo-bozen.it

Die Kurse beginnen am 30. September 2019 und enden - wenn nicht anders angegeben, Anfang Juni 2020.

I corsi hanno inizio il 30 settembre 2019 e terminano i primi di giugno 2020, se non diversamente indicato.