

LESROOSTER



Defence Academy - Koningstraat 34 - 2671 JV - Naaldwijk - Telefoon: 0174-768029 - Mobiel: +31 6-52 08 70 04

MAANDAG

09.00-09.55	FitCombat: no contact kickboxing
17.45-18.25	CrossTraining
18.30-19.25	FitCombat: no contact kickboxing
19.30-20.25	Kickboksen / SANDA <i>Full Contact</i>
20.30-21.25	Boksen (vanaf 01-09-2019) <i>Full Contact</i>

DINSDAG

16.00-16.40	Kung Fu Kids 5-8 jaar Panda's
16.45-17.40	Kung Fu Kids 9-13 jaar
17.45-18.40	Kickboksen Kids 10-14 jaar
18.45-19.10	Vrije training (alle sporten)
19.15-20.10	FitCombat: no contact kickboxing
20.15-21.25	Combat Wing Chun Kung Fu <i>Full Contact</i>

WOENSDAG

09.00-09.55	FitCombat: no contact kickboxing
15.45-16.25	Kung Fu Kids 5-8 jaar Panda's
16.30-17.25	Kung Fu Kids 9-13 jaar
17.30-18.25	Kickboksen Kids 10-14 jaar
18.30-19.10	CrossTraining
19.15-20.10	Kickboksen / SANDA <i>Full Contact</i>
20.15-21.10	FitCombat: no contact kickboxing

DONDERDAG

16.00-16.40	Kung Fu Kids 5-8 jaar Panda's
16.45-17.40	Kung Fu Kids 9-13 jaar
17.45-18.45	FitCombat: no contact kickboxing
18.45-19.10	Vrije training (alle sporten)
19.15-20.25	Combat Wing Chun Kung Fu <i>Full Contact</i>
20.30-21.25	Kickboksen / SANDA <i>Full Contact</i>

VRIJDAG

10.00-10.55	FitCombat: no contact kickboxing (vanaf 01-09-2019)
17.45-18.25	CrossTraining (vanaf 01-09-2019)
18.30-19.25	Boksen (vanaf 01-09-2019) <i>Full Contact</i>
19.30-20.25	FitCombat: no contact kickboxing

ZATERDAG

09.15-09.55	Kung Fu Kids 5-8 jaar Panda's
10.00-10.55	Kung Fu Kids 9-13 jaar
11.00-11.40	CrossTraining
11.45-12.45	FitCombat: no contact kickboxing

ZONDAG

10.00-12.00	Vrije training (alle sporten)
-------------	-------------------------------



WIJ ZIJN OPEN: Dagelijks, een kwartier voordat de 1e les start.

PARKEREN: Eigen terrein, Koningstraat, Albert Hein terrein (100 m lopen).

www.DefenceAcademy.nl - www.FitCombat.nl

(bijgewerkt tot september 2019)