

Trainingsplan – Taifun Dojo *Buddha Sports* gültig ab dem 01.07.2025

Westfalenstraße 88, 40472 Düsseldorf

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					11:00-12:00 Ladies Kickboxen	
	16:00-17:00 Kickboxen Kids <i>(ab 7 Jahren)</i>		16:00-17:00 Kickboxen Kids <i>(ab 7 Jahren)</i>		12:00- 13:00 Boxfitness (gemischt)	
17:00-18:00 Kickboxen Teens <i>(ab 12 Jahren)</i>	17:00-18:00 Kickboxen Teens <i>(ab 12 Jahren)</i>		17:00-18:00 Kickboxen Teens <i>(ab 12 Jahren)</i>			
18:00-19:00 Kickboxen	18:00-19:00 Ladies Kickboxen	18:30-20:00 Kajukenbo	18:00-19:00 Ladies Kickboxen	18:30-20:00 Kajukenbo		
19:00-20:00 Boxfitness	18:30- 19:30 Ladies Boxfitness	19:30-20:30 Boxfitness	18:30-19:30 Ladies Boxfitness	19:00-20:00 Kickboxen		
20:00-21:00 Ladies Self Defence		20:00-21:30 Karate (Kyokushinkai)	19:30-20:30 Ladies Self Defence			
20:00-21:30 Karate (Kyokushinkai)						