SAN DOKAI Detmold e.V.

Trainingsübersicht*

		MO	DI	MI	DO	FR
KAMPFSPORT	**Karate**	17:30–19:00 **Kinder bis 13 Jahre** Stadtgymnasium, neue Halle 19:00–20:30 **Jugendliche und Erwachsene** Bachschule				16:30-17:30 **Kinder Anfänger bis 13 Jahre** 17:30–19:00 **Kinder bis 13 Jahre** 19:00–20:30 **Erwachsene / Jugend** Bachschule
	Selbstverteidigung			19:00–20:30 **Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahre**		
	Eskrima		19:30–21:00 **Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahre**			
TANZEN	**Kinder/Jugendliche**		17:30–19:00 **Limited Edition** **Jugendliche ab 13 Jahre** Stadtgymnasium, Gymnastikhalle			16:00–17:00 **3-6 Jahre** 17:00–18:00 **6-9 Jahre** 18:00–19:00 **9-12 Jahre** Weerth-Schule, alte Halle
		#				
FITNESS & TURNEN	**Turnen**		16:00–17:00 **Eltern-Kind-Turnen** Bachschule		17:00–18:00 **3-6 Jahre** Weerth-Schule, alte Halle	
	Zumba & Fitness	19:00–20:00 **Cardio-Fitness** Stadtgymnasium		19:00–20:00 **Zumba-Fitness** Peter-Gläsel-Schule, Turnhalle	19:00–20:00 **Funktionelles Training** Weerth-Schule, alte Halle	18:00–19:00 **Zumba-Fitness** Weerth-Schule, neue Halle
	Volleyball				20:30–22:00 Grundschule Heidenoldend.	

Der Jahresbeitrag beinhaltet alle hier aufgeführten Angebote des Sandokai e.V.. Vereinsbeitrag Kinder, Jugendliche und Studierende: 45,- Euro; zwei und mehr Kinder: 65,- Euro; Erwachsene: 90,- Euro; Familien: 130,- Euro. Aufnahmeantrag und aktuelle Trainingszeiten findest unter: sandokaidetmold.de

Stand 05/2022 / V.i.S.d.P. Sandokai Detmold e.V., Marion Passauer / Dieter Fürstenberg, Postfach 19 08, 32709 Detmold

STADTWERKE DETMOLD