



Trainingsplan Sommerferien 28.07. - 06.09.2025



	Woche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1	28.07. – 03.08.2025		16.00 – 17.00 R.S.F. Concept Tigerclub (Martina)			
			17.15 – 18.15 R.S.F. Concept Tigerclub (Martina)	17.00 – 18.15 RSF Concept Youth Protect (Angela)		
		19.30 – 21.00 R.S.F. Concept Combatives		19.00 – 20.30 R.S.F. Concept Traditionell (nach Voranmeldung)		
2	04.08. – 10.08.2025					
		19.30 – 21.00 R.S.F. Concept Combatives		19.00 – 20.30 R.S.F. Concept Traditionell (nach Voranmeldung)		
3	11.08. – 17.08.2025					
		19.30 – 21.00 R.S.F. Concept Combatives		19.00 – 20.30 R.S.F. Concept Traditionell (nach Voranmeldung)		
4	18.08. – 24.08.2025					
		19.30 – 21.00 R.S.F. Concept Combatives		19.00 – 20.30 R.S.F. Concept Traditionell (nach Voranmeldung)		
5	25.08. – 31.08.2025					
			17.15 – 18.15 R.S.F. Concept Tigerclub (Martina)			
		19.30 – 21.00 R.S.F. Concept Combatives		19.00 – 20.30 R.S.F. Concept Traditionell (nach Voranmeldung)		
6	01.09. – 07.09.2025			15.30 – 16.30 R.S.F. Concept Tigerclub (Angela)		
				18.00 – 19.00 RSF Concept Youth Protect (Angela)		
		19.30 – 21.00 R.S.F. Concept Combatives		19.00 – 20.30 R.S.F. Concept Traditionell (nach Voranmeldung)		