

# Zalenrooster

Tijd	16:00 45 min	18:00	19:00	20:00	21:00
Ma		Hanmudo Jeugd / Asp		Conditie Training	Taekwondo Jun /Sen
Di		Judo Jeugd / Asp	Taekwondo Jeugd / Asp	Muay thai Jun / Sen	Hanmudo Jun / Sen
Wo	Judo Kleuter	Hanmudo Jeugd / Asp	Judo Asp /Jun / Sen	Conditie Training	Taekwondo Jun / Sen
Do		Judo Pupillen	Taekwondo Jeugd / Asp	Muay thai Jun / Sen	Hanmudo Jun / Sen
Tijd		09:00 45 min	10:00	11:00	12:00
Za		Judo Kleuter	Judo Pupillen	Judo Jeugd / Asp	Judo Asp /Jun / Sen
Zo	10:00 tot 17:00 uur Opleidingen & Stages				

Kleuter: 03 t/m 05 jaar  
Pupillen: 06 t/m 07 jaar  
Jeugd: 08 t/m 10 jaar

Aspiranten: 11 t/m 13 jaar  
Junioren: 14 t/m 17 jaar  
Senioren: 18 en ouder