

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

MAANDAG

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	Kickboksen / SANDA DAMES <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

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

18.30-19.25	Vrije training (alle sporten)
19.30-20.25	FitCombat: no contact kickboxing
20.30-22.00	SPEAR:PDR Selfdefence Scenariotraining*

** Dit is geen open les, vraag naar de voorwaarden*

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

10.00-11.00	Boetkamp: elke 1e zondag van de maand op een locatie in het Westland e.o. Vraag meer informatie bij de balie!
-------------	---

WIJ ZIJN OPEN:	Een kwartier voordat de 1e les start.
PARKEREN:	Probeer zoveel mogelijk te parkeren op eigen terrein, bij de Albert Hein (100 m lopen), Koningstraat of parkeerterreinen Koningstraat.

www.defenceacademy.nl - www.fitcombat.nl

(bijgewerkt tot juni 2017)