Reha- & Gesundheitsstützpunkt Bocholt e.V. • Im Königsesch 12 (am Aasee) • 46395 Bocholt

Tel. 02871 / 4 86 89 • Internet: www.reha-bocholt.de • E-Mail: info@reha-bocholt.de

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
					10.00-11.30 Uhr **MMA** kein Probetraining möglich!
15.30-16.30 Uhr **KIDS-SV 3-5 Jahre**	16.00-17.00 Uhr **Bjj Kids 5-8 Jahre**	15.30-16.30 Uhr **KIDS-SV 3-5 Jahre**	15.30-16.30 Uhr **KIDS-SV 3-5 Jahre**	17.00-18.30 Uhr **KIDS-KICKBOXEN 10-16 Jahre**	11.30-13.00 Uhr **Open Mat** BJJ
17.00-18.00 Uhr **KIDS-SV 5-10 Jahre**	17.00-18.00 Uhr **Bjj Kids 9-13 Jahre**	17.00-18.00 Uhr **KIDS-SV 5-10 Jahre**	16.00-17.00 Uhr **Bjj Kids 5-8 Jahre**	18.30-20.00 Uhr **Bjj Basics**	11.30-13.00 **Offene Matte** Kickboxen
18.30 - 20.00 Uhr **Bjj**	17.00-18.00 Uhr **KIDS-KICKBOXEN 10-16 Jahre**	18.30-20.00 **Bjj Advanced**	16.45-17.45 Uhr **Kids SV/Kickboxen/ Selbstbehauptung 5-8 Jahre**	19.00-20.30 Uhr **KICKBOX TRAINING**	
19.00-20.30 Uhr **KICKBOX TRAINING**	18.30-20.00 Uhr **NoGi Bjj**	19.00-20.30 Uhr **KICKBOX TRAINING**	17.00-18.00 Uhr **Bjj Kids 9-13 Jahre**		
	18.45-19:45 Uhr **FITNESS BOXEN**		18.00-19.30 Uhr **Ju-Jutsu (Wettkampftraining)**		
	19:45-21:00 Uhr **Kickboxen WOMAN ONLY**		18.30-20.00 Uhr **NoGi Bjj**		Alle Kurse finden in der Kampfsporthalle statt.
	20:00-21:30 Uhr **Ju-Jutsu**		19:45-21:00 Uhr **Kickboxen WOMAN ONLY**		
			20:00-21:30 Uhr **Ju-Jutsu**		

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag	**08.00 - 22.00 Uhr**
Freitag	**08.00 - 21.30 Uhr**
Samstag	**09.00 - 16.00 Uhr**
Sonntag	**09.00 - 15.00 Uhr**
Feiertage	**gemäß Vorankündigung**

Kursplan gültig ab Dienstag, den 15.09.2026