LESROOSTER
MARTIAL ARTS

Openingstijden

Ma t/m vrij	08:30u – 12:30u
Ma t/m vrij	15:30u – 22:00u
Za & zo	09:00u – 14:00u

SPORTCENTRUM ELHATRI
martial arts | sport & fitness

KARATE 5+ & volwassenen

Maandag	16:00u	-	17:00u	*5-8 jaar*
Maandag	17:00u	-	18:00u	*9-12 jaar*
Maandag	18:00u	-	19:00u	*13-17 jaar*
Maandag	19:00u	-	20:30u	*beginners/gevorderden 18+*
Dinsdag	16:00u	-	17:00u	*5-8 jaar*
Dinsdag	17:00u	-	18:00u	*9-12 jaar*
Woensdag	15:00u	-	16:00u	*5-8 jaar*
Woensdag	16:00u	-	17:00u	*9-12 jaar*
Woensdag	17:00u	-	18:00u	*8-13 jaar, oranje en hoger*
Woensdag	17:00u	-	18:00u	*13-17 jaar*
Woensdag	18:00u	-	19:00u	*kata selectie C*
Woensdag	19:30u	-	21:00u	*volwassenen 18+*
Donderdag	16:00u	-	17:00u	*5-8 jaar*
Donderdag	17:00u	-	18:00u	*9-12 jaar*
Donderdag	18:00u	-	19:00u	*6-12 jaar, kumite*
Donderdag	19:00u	-	20:30u	*examentr. blauw & hoger*
Donderdag	20:30u	-	21:30u	*zwarte band (vrije training)*
Vrijdag	16:00u	-	17:00u	*5-8 jaar*
Vrijdag	17:00u	-	18:00u	*9-12 jaar* **VOL**
Vrijdag	18:00u	-	19:00u	*6-12 jaar, kumite*
Vrijdag	18:00u	-	19:00u	*13-17 jaar, kumite*
Vrijdag	19:00u	-	20:30u	*volwassenen, kumite*
Zaterdag	09:30u	-	11:30u	*selectie kata*
Zaterdag	11:00u	-	13:00u	*selectie kumite*

KARATE locatie WAALRE

Sporthal 't Pracht, Pracht 3

Dinsdag	18:00u	-	19:00u	*9-14 jaar & ouders*

KARATE locatie GELDROP

Gymzaal De Braak, St. Josefplein 3

Vrijdag	18:00u	-	19:00u	*5-12 jaar*
Vrijdag	19:00u	-	20:15u	*13+ & volwassenen*

NUNCHAKU-DO 8+ & volwassenen

Vrijdag	19:00u	-	20:15u	*8+ & volwassenen*

MMA 15+ & volwassenen

Maandag	19:00u	-	20:15u	*15+ & volw. (grappling)*
Donderdag	19:00u	-	20:15u	*15+ & volw. (grappling)*

BOKSEN 14+ & volwassenen

Woensdag	20:15u	-	21:30u	*14+ & volwassenen*

TAI CHI

Dinsdag	19:00u	-	20:00u	
Donderdag	10:00u	-	11:00u	

BOKSZAKTRAINING 14+ & volwassenen

Maandag	19:00u	-	20:00u	*dames & heren*
Donderdag	19:00u	-	20:00u	*dames & heren*
Vrijdag	10:00u	-	11:00u	*alleen dames*

JUDO jeugd 3+ & volwassenen

Maandag	16:00u	-	17:00u	*4-7 jaar*
Maandag	17:00u	-	18:00u	*8-13 jaar*
Maandag	20:15u	-	21:30u	*14+ & volwassenen*
Dinsdag	16:00u	-	17:00u	*3-5 jaar*
Dinsdag	17:00u	-	18:00u	*6-11 jaar*
Woensdag	14:00u	-	15:00u	*4-6 jaar*
Woensdag	15:00u	-	16:00u	*7-10 jaar*
Woensdag	16:00u	-	17:00u	*11-15 jaar*
Vrijdag	16:00u	-	17:00u	*5-11 jaar*

KICKBOKSEN 5+ & volwassenen

Maandag	16:00u	-	17:00u	*5-7 jaar*
Maandag	17:00u	-	18:00u	*8-13 jaar*
Maandag	20:15u	-	21:30u	*14+ & volwassenen*
Dinsdag	16:00u	-	17:00u	*5-7 jaar*
Dinsdag	17:00u	-	18:00u	*8-11 jaar*
Dinsdag	18:00u	-	19:00u	*12-16 jaar*
Dinsdag	19:00u	-	20:15u	*17+ & volwassenen*
Woensdag	11:00u	-	12:00u	*14+ & volwassenen*
Woensdag	16:00u	-	17:00u	*5-7 jaar*
Woensdag	17:00u	-	18:00u	*8-13 jaar*
Woensdag	19:00u	-	20:15u	*14+ & volwassenen*
Donderdag	16:00u	-	17:00u	*5-7 jaar*
Donderdag	17:00u	-	18:00u	*8-11 jaar*
Donderdag	18:00u	-	19:00u	*10-16 jaar, sparren*
Donderdag	20:15u	-	21:30u	*17+ & volwassenen*
Vrijdag	16:00u	-	17:00u	*5-7 jaar*
Vrijdag	17:00u	-	18:00u	*8-11 jaar* **VOL**
Vrijdag	18:00u	-	19:00u	*12-16 jaar*
Vrijdag	19:00u	-	20:15u	*17+ & volwassenen*
Zaterdag	11:30u	-	12:45u	*14+ & volwassenen*

KENPOJUTSU 7+ & volwassenen

Dinsdag	20:00u	-	21:30u	*14+ & volwassenen*
Zaterdag	09:00u	-	10:00u	*7+ & volwassenen*

VITale Ontspannende Krijgskunst & valpreventie

Woensdag	11:00u	-	12:00u	*beginners*
Woensdag	12:30u	-	13:30u	*gevorderden*

meer info: vitok.nl

AIKIDO 14+ & volwassenen

Dinsdag	19:00u	-	20:15u	*14+ & volw. 3e kyu en hoger*
Dinsdag	20:15u	-	21:30u	*14+ & volw. beginners*
Donderdag	20:15u	-	21:30u	*14+ & volw. begin. & gevord.*
Zaterdag	09:00u	-	10:15u	*14+ & volw. gevorderden*
Zaterdag	10:30u	-	11:45u	*14+ & volw. beginners*

KOBUDO 12+ & volwassenen

Woensdag	18:30u	-	19:30u	*12+ & volwassenen*

SPORTCENTRUM ELHATRI | Raedeckerstraat 11 | 5623 EX Eindhoven | 040-2440485 | Whatsapp 06-57942343 | info@elhatri.nl
www.elhatri.nl | www.facebook.com/sportcentrum.elhatri | www.instagram.com/sportcentrum.elhatri | Tiktok: sportcentrum_elhatri