

| Halle/ Ort                                                                                                                       | Montag                                                                                                                  | Dienstag                                                                                                                  | Mittwoch                                                                                                                  | Donnerstag | Freitag                                                                                                                   | Weekende                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>Verein für Körper,<br>Geist und Seele e. V. | <b>Trainings-<br/>zeiten</b>                                                                                            |                                                                                                                           |                                                                                                                           |            | <b>Lu Jong Yana<br/>Tog Chöd Yana<br/>Young Warriors<br/>Easy- / Ju-Jutsu</b>                                             |                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Trainings-<br/>hallen / Räume</b>                                                                                             |                                                                                                                         |                                                                                                                           |                                                                                                                           |            |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Ruit</b><br>Grundschule Ruit<br>Justinus-Kerner-Weg 40                                                                        |                                                                                                                         |                                                                                                                           |                                                                                                                           |            | <b>VKGSeV</b><br><br>Im instergram<br><a href="https://www.instagram.com/vkgs_ev/">https://www.instagram.com/vkgs_ev/</a> |                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Parksiedlung<br/>Lindenschule/<br/>Lindenhalle<br/>Lindenstraße 78</b>                                                        | <b>17:00 - 18:00 Uhr</b><br>Kinder &<br>Jugendliche ab 8 - 12<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br><b>Young Warriors</b> |                                                                                                                           |                                                                                                                           |            |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                  | <b>18:00 - 19:00 Uhr</b><br>Jugendliche ab 14<br>& Erwachsene<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br><b>Lu Jong Yana</b>   |                                                                                                                           |                                                                                                                           |            |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                            |
|                                               | <b>19:00 - 20:00 Uhr</b><br>Jugendliche ab 14<br>& Erwachsene<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br><b>Tog Chöd Yana</b>  |                                                                                                                           | <b>19:00 - 20:00 Uhr</b><br>Jugendliche ab 12<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br><b>Young Warriors</b>                   |            |                                                                                                                           | <b>Kontakt:</b><br>Verein für Körper,<br>Geist und Seele e. V.<br><br><b>Telefon:</b><br>0711-63348440<br><br><b>E-Mail:</b><br>Info@verein-vkgs.de<br><br><b>Internet:</b><br>www.verein-vkgs.de<br><br><b>17.07.2026</b> |
|                                                                                                                                  |                                                                                                                         | <b>20:00 - 21:00 Uhr</b><br>Jugendliche ab 14<br>& Erwachsene<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br><b>Easy- / Ju-Jutsu</b> | <b>20:00 - 21:00 Uhr</b><br>Jugendliche ab 16<br>& Erwachsene<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br><b>Easy- / Ju-Jutsu</b> |            |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Die Farblichen<br/>den Hallen zu,</b>                                                                                         | <b>Zeiten sind<br/>zu ordnen.</b>                                                                                       | <b>21:00 - 22:00 Uhr</b><br>Erwachsene<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br>Spezialisierung / Kobudo                       | <b>21:00 - 22:00 Uhr</b><br>Erwachsene<br>Anfänger/<br>Fortgeschrittene<br>Spezialisierung / Kobudo                       |            |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                            |