

דוג'ו

שישי		חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	שעות			
			BJJ GI מושיקו			NO-GI מושיקו	10:00-11:00			
MMA רוני	BJJ GI מושיקו						13:00-14:00			
מזרן פתוח עמידה רוני	מזרן פתוח קרקע מושיקו						14:00-15:00			
						ג'ודו ליאור	16:00-17:00			
	BJJ NO GI מושיקו	אגרוף תאילנדי רוני	MMA ילדים רוני	BJJ GI מושיקו	אגרוף תאילנדי רוני		17:00-18:00			
	BJJ NO GI מושיקו	אגרוף תאילנדי רוני	איגרוף תאילנדי אימון כרית יבגני	ג'ודו ליאור	BJJ GI מושיקו	אגרוף תאילנדי רוני	18:00-19:00			
	BJJ NO GI מתחילים תומר	BJJ NO GI מתחילים מושיקו	אגרוף תאילנדי מתחילים שקד	אגרוף תאילנדי מתחילים רוני	MMA מתחילים רוני	MMA מתחילים מושיקו	אגרוף תאילנדי מתחילים שקד	אגרוף תאילנדי מתחילים רוני	19:00-20:15	
	BJJ NO GI תחרותי מושיקו	אגרוף תאילנדי מתקדמים רוני	BJJ GI תחרותי נמרוד	האבקות חופשית דני	BJJ GI תחרותי רוני	MMA תחרותי מושיקו	BJJ NO GI תחרותי מושיקו	אגרוף תאילנדי מתקדמים רוני	BJJ GI תחרותי מושיקו	20:15-21:30