

INDEFENSE IN DEN HERBSTFERIEN!

Geänderte Trainingszeiten während der Herbstferien –
nur für die Kinderkurse vom Montag, den **05.10.2026**,
bis Samstag, den **17.10.2026**.

Die Kinderkurse finden gemeinsam statt!



Dienstag & Donnerstag
17:45 – 18:45 Uhr

Ab Montag, den **19.10.2026**, gilt wieder der übliche
Trainingsplan.

Wir wünschen allen schöne Herbstferien und
weiterhin viel Spaß beim Training!

Euer INDEFENSE Team
www.indefense.de



Stärker. Selbstbewusster. Du.