CHIN WOO SCHULE
L Ü B E C K

Schwartauer Allee 84 • 23554 Lübeck • Telefon: 0451-47 79 77 • Email: info@chin-woo.de

Stand 18.11.2026

ERWACHSENE

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
Qi Gong	–	10.30 – 11.25 18.45 – 19.30	–	18.00 – 18.45	–	–
Taijiquan	–	10.30 – 11.55	–	18.00 – 19.30	–	10.00 – 11.30* (nur am 3. Samstag des Monats)
Kung Fu	–	16.00 – 17.00 16.30 – 17.30 / 18.00* 19.30 – 21.00	–	16.30 – 17.30 / 18.00* 19.30 – 21.00	–	11.30 – 12.30 / 13.00
Kick-Boxen	Fitness 18.00 – 19.30 K1 19.30 – 21.00	–	–	18.00 – 19.30	–	12.00 – 13.45 (freies Training für Mitglieder)
Thaiboxen	Fortgeschrittene 18.00 – 20.00	19.00 – 20.30 / 21.00*	Basis 18.00 – 19.30 Fortgeschrittene 19.30 - 21.00	Fitness 19.30 – 21.00	18.15 – 19.45	12.00 – 13.45 (freies Training für Mitglieder)
Ninjutsu	18.00 – 19.00 (ab 16 Jahren)	–	18.00 – 19.00	–	–	–
Systema	20.00 – 21.30	–	–	–	–	–
Historisches Fechten	–	–	19.30 – 21.30	–	18.45 – 20.45	–
Frauen Selbstverteidigung	–	18.00 – 19.00 (ab 14 Jahren)	–	–	–	–
Funktionstraining***	–	09.00 – 09.30 09.45 – 10.15 12.00 – 12.30	13.00 – 13.30	–	17.00 – 17.30	–
Rehasport	–	Gymnastik 18.00 – 18.45	Sitzgymnastik LMB 11.30 – 12.30 in Kücknitz** Gymnastik 15.30 – 16.15 Gymnastik Schwerstbehinderte 17.00 – 18.00	–	Sitzgymnastik LMB 11.30 – 12.30 Gymnastik 13.00 – 13.45 in Kücknitz**	–
Grappling no Gi Jiu Jitsu	19.30 – 21.00 (ab 15 Jahren)	–	–	–	16.45 – 18.15	–
ITF Taekwon-Do	–	–	18.00 – 19.30 (ab 14 Jahren)	–	–	–

KINDER / JUGENDLICHE

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
Kung Fu	–	16.30 – 17.30 / 18.00* (ab 5 Jahren)	–	16.30 – 17.30 / 18.00* (ab 5 Jahren)	16.00 – 17.00 / 17.30 (ab 7 Jahren) in Kücknitz**	11.30 – 12.30 / 13.00 * (ab 5 Jahren)
Thaiboxen	–	16.00 – 16.45 (ab 7-12 Jahren) 16.45 – 18.00 (ab 13-18 Jahren)	Martial Arts Minis 16.15 – 17.00 (ab 4-8 Jahren)	16.00 – 16.45 (ab 7-12 Jahren) 16.45 – 18.00 (ab 13-18 Jahren)	–	–
Kinderturnen	17.00 – 18.00 (ab 4-12 Jahren)	–	–	–	–	10.30 – 11.30 (ab 4-12 Jahren)
Grappling no Gi Jiu Jitsu	19.30 – 21.00 (ab 15 Jahren)	–	–	–	16.45 – 18.15 (ab 13 Jahren)	–
ITF Taekwon-Do	–	–	18.00 – 19.30 (ab 14 Jahren)	–	–	–

* Zeitangabe hinter dem Schrägstrich: Training für Fortgeschrittene ** in Kücknitz: Nachbarschftstreff Lübecker Bauverein, Silberstrasse 1-3, 23569, Tel. 0451-61057862 *** Nur für Mitglieder der Osteoporoseliga