

Trainingsplan

Trainingsplan der SV-Polizei Hamburg - Budoabteilung / Budocentrum

Im Budocentrum Hamburg in der Carl Cohn Straße 41 kannst du auf rund 400 qm Mattenfläche in 4 Dojos und einem Krafraum an 6 Tagen die Woche trainieren.

Ein Probetraining ist jederzeit möglich.

Wir bieten dir die Möglichkeit, an drei kostenlosen "Schnupperstunden" in Kursen deiner Wahl teilzunehmen.

Komm einfach in lockerer Trainingskleidung (bitte ohne Reißverschlüsse oder Knöpfe) unangemeldet vorbei und mach gleich mit.

Außerdem haben wir für unsere Karate und Kickbox Abteilung noch einen zweiten Trainingsort auf der Veddel. [Trainingsplan Veddel](#)

 [Trainingsplan SVP-Gesamt 2018-05-02.pdf \(117,8 KiB\)](#)