



Top Brother Deutschland

Brazilian Jiu Jitsu

Kursplan Manjado Fight Team Essen



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10:00 - 11:30 BJJ		10:00 - 11:30 BJJ		
16:30 - 17:30 BJJ Kids		16:30 - 17:30 BJJ Kids		
19:00 - 20:30 BJJ Basics (white/blue)	19:30 - 20:30 BJJ	18:30 - 20:00 BJJ Basics (all levels)	19:15 - 20:15 NOGI	18:00 - 19:30 BJJ
20:30 - 21:30 BJJ (purple/brown/black)	20:30 - 21:30 NOGI			

Kursplan gültig ab 01.02.2025

Änderungen Vorbehalten. Open Mat und Turniervorbereitung nach Absprache. Sondertermine werden angekündigt.

Trainingsort: Frohnhauser Str. 73, 45143 Essen

Kontakt: +49 (0) 177 2549463 oder manjado@bjj-essen.de

www.bjj-essen.de