



KURSPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9-12 Uhr freies Training	9-12 Uhr freies Training	10-11 Uhr Functional Training	9-12 Uhr freies Training	9-12 Uhr freies Training	10-11:30 Uhr Frauenkickboxen Ab 14 Jahre
10-11 Uhr Fitness Boxen/Kickboxen ab 14 Jahren			10-11 Uhr Fitness Boxen/Kickboxen ab 14 Jahren		10:30-11:30 Uhr Fitness Boxen/ Kickboxen ab 14 Jahren
16-17 Uhr Kyokushin Karate Kinder 6 bis 9 Jahre	16-17 Uhr Kickboxen/K1 Kinder 6 bis 9 Jahren	16-17 Uhr Boxen für Kinder 6 bis 9 Jahren	16-17 Uhr Kyokushin Karate Kinder 6 bis 9 Jahren	16-17 Uhr Kickboxen/K1 Kinder 6 bis 9 Jahren	11:45-13 Uhr Boxen Kinder 10-13 Jahre
17:30-18:45 Uhr Kyokushin Karate Kinder 10-13 Jahre	17-18 Uhr Kids Fit für Kyokushin/Boxen 6-13 Jahre	16-17 Uhr Sparring für Wettkämpfer/in Kinder 6-13 Jahre	17-18 Uhr Kids Fit für Kickboxen 6-13 Jahre	17:30-18:45 Uhr Kickboxen/K1 Kinder 10-13 Jahre	13:15-14:15 Uhr Boxen für Kinder 6 bis 9 Jahren
18:00-19:00 Uhr Functional Training	17:30-18:45 Uhr Kickboxen/K1 Kinder 10-13 Jahre	17-18 Uhr Sparring für Wettkämpfer/in ab 14 Jahre	17:30-18:45 Uhr Kyokushin Karate Kinder 10-13 Jahre	18:00-19:00 Uhr Functional Training	
18:30-20:00 Uhr Boxen ab 14 Jahre	19-20:30 Uhr Kickboxen/K1 Ab 14 Jahre	17:30-18:45 Uhr Boxen Kinder 10-13 Jahre	18:30-20:00 Uhr Boxen ab 14 Jahre	19-20:30 Uhr Kickboxen/K1 Ab 14 Jahre	
19-20:30 Uhr Kyokushin Karate Ab 14 Jahre		18:00-19:00 Uhr Functional Training	19-20:30 Uhr Kyokushin Karate Ab 14 Jahre		
		18:30-19:30 Uhr Fitness Boxen/ Kickboxen ab 14 Jahren			
		19-20:30 Uhr Frauenkickboxen Ab 14 Jahre			

PRIVAT TRAINING AUF ANFRAGE