

KURSPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					11.00 – 12.00 Uhr Sparring (volle Ausrüstung!)
					12.00 – 14.00 Uhr Freies Training
	17.30 – 18.30 Uhr Kids		17.15 – 18.15 Uhr Kids	17.00 – 18.00 Uhr Body Weight 2.0	
18.00 – 19.00 Uhr K1 Kickboxen		18.30 – 19.30 Uhr Fitness Kickboxen	18.30 – 19.30 Uhr ALPHA Krav Maga	18.00 – 19.00 Uhr Cross Fitness	
19.00 – 20.00 Uhr Cross Fitness	19.00 – 20.00 Uhr ALPHA Krav Maga	19.45 – 20.45 K1 Kickboxen	19.30 – 21.00 Uhr MMA		
20.00 – 21.00 Uhr Fitness Kickboxen	20.00 – 21.30 Uhr MMA				