

Trainingsplan

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
						Open Mat 09:00 - 12:00 Uhr (Individuell)
Kickboxen / K1 Jugendliche 17:00 - 18:00 Uhr		Boxen Jugendliche 17:00 - 18:00 Uhr		Kickboxen / K1 Jugendliche 17:00 - 18:00 Uhr		
Beginner und Fitness-Kickboxen 18:15 - 19:15 Uhr		Beginner und Fitness-Boxen 18:15 - 19:15 Uhr		Beginner und Fitness-Kickboxen 18:15 - 19:15 Uhr		
Kickboxen / K1 Fortgeschrittene & Wettkämpfer 19:30 - 21:00 Uhr		Boxen Fortgeschrittene & Wettkämpfer 19:30 - 21:00 Uhr		Kickboxen / K1 Fortgeschrittene & Wettkämpfer 19:30 - 21:00 Uhr		



Unverbindliche Probetrainings immer zu Kurszeiten möglich!
Kleingruppen- und Personal Trainings nach Absprache flexibel buchbar!