



TRAININGSZEITEN - TRAINING & PERSONAL TRAINING

ALLE ALTERS- & LEISTUNGSKLASSEN - ANFÄNGER / FORTGESCHRITTENE / WETTKÄMPFER

ERWACHSENE & JUGEND

MONTAG	10:00 - 11:00/11:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	18:00 - 19:15 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	19:15 - 20:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	PERSONAL TRAINING Flex.Planung 09:00-20:00
DIENSTAG		17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	18:00 - 19:15 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	19:15 - 20:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	
MITTWOCH	10:00 - 11:00/11:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen -Boxen	17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	18:00 - 19:15 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	19:15 - 20:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	PERSONAL TRAINING Flex.Planung 09:00-20:00
DONNERSTAG		17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	18:00 - 19:15 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	19:15 - 20:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	
FREITAG	10:00 - 11:00/11:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	18:00 - 19:15 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	19:15 - 20:30 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen	PERSONAL TRAINING Flex.Planung 09:00-20:00
SAMSTAG	11:00 - 14:00 Freies Training Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen + Sparring				
SONNTAG + FEIERTAG		KEIN TRAININGSBETRIEB			
BRÜCKENTAGE		Bitte auf der Webseite Nachsehen ob Trainingsbetrieb stattfindet			

KINDER BIS 11 JAHRE

MONTAG		17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen			
MITTWOCH		17:00 - 18:00 Thaiboxen - MuayThai K1 - Kickboxen - Boxen			

PROBETRAINING – ZEITEN /KINDER /JUGEND/ ERWACHSENE

DIENSTAG / DONNERSTAG	-----	-----	18:00 - 19:00 ERWACHSENE & Jugend		
DIENSTAG / DONNERSTAG	-----	-----	18:00 - 19:00 ERWACHSENE & Jugend		
MITTWOCH	-----	17:00 - 18:00 KINDER ab6J.			

PRIVAT – PERSONAL TRAINING

FLEXIBEL	Nach Vereinbarung	Mo./Di./Mi./Do./Fr.	Täglich zwischen 09:00-20:00 Uhr
-----------------	-------------------	---------------------	----------------------------------