

Kurszeiten

Uhrzeit	Montag	Uhrzeit	Dienstag	Uhrzeit	Donnerstag	Freitag
15:45 - 16:45	Kindertraining			15:45 - 16:45	Kindertraining	Kindertraining
16:45 - 17:45	Funktional Fitness	16:30 - 17:30	Funktional Fitness	16:45 - 17:45	Funktional Fitness	Funktional Fitness
17:45 - 19:15	Thaiboxen	17:30 - 18:30	Thaiboxen	17:45 - 19:15	Thaiboxen	Thaiboxen
19:15 - 20:30	Sparring/Open Mat	18:30 - 20:30	Sparring/Open Mat	19:15 - 20:30	Sparring/Open Mat	Sparring/Open Mat

Kinder	Alter: 6 - 11 Jahre
FF	Für Frauen und Männer! ab 12 Jahren
Boxen	Für alle Altersgruppen geeignet ab 12 Jahren! Auch für Anfänger geeignet!
Sparring	Schutzrüstung sollte mitgeführt werden (Findet nicht immer statt)
Rücken	Dieser Kurs startet erst sobald ich genug Anfragen habe!
BBP	Dieser Kurs startet erst sobald ich genug Anfragen habe!

