



# KURSPLAN



MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Kickboxen 11:30-13:00 ab 12 Jahren		BJJ 11:30-13:00 ab 12 Jahren	Boxen 10:30-12:00 ab 12 Jahren
Boxen 10:00-11:00 ab 12 Jahren		ab 18 Jahren 9:00-16:30	ab 18 Jahren 9:00-16:00	ab 18 Jahren 9:00-16:00	ab 18 Jahren 9:00-16:30	Boxen 10:00-11:00 ab 12 Jahren		ab 18 Jahren 9:00-17:00	ab 18 Jahren 9:00-17:00			BJJ 11:30-13:00 ab 12 Jahren	MMA Sparring 12:00-13:00 ab 12 Jahren
										Kickboxen-Kinder 13:00-14:30 6-12 Jahre	Boxen 13:00-14:30 ab 12 Jahren	BJJ 13:00-14:30 5-12 Jahre	Kickboxen 13:00-14:30 ab 12 Jahren
Kickboxen Kinder 16:30-18:00 6-12 Jahre	Boxen 17:00-18:00 ab 12 Jahren	Boxen 17:00-18:00 ab 12 Jahren		Kickboxen-Kinder 16:30-18:00 6-12 Jahre	Boxen 17:00-18:00 ab 12 Jahren	Kickboxen-Kinder 16:30-18:00 6-12 Jahre	Boxen 17:00-18:00 ab 12 Jahren	Boxen 17:00-18:00 ab 12 Jahren	MMA 17:00-18:00 ab 12 Jahren				
Kickboxen 18:00-19:30 ab 12 Jahren	MMA 18:00-19:30 ab 12 Jahren	Boxen 18:00-19:30 ab 18 Jahren	Kickboxen 18:00-19:30 ab 12 Jahren	BJJ 18:00-19:30 5-12 Jahre	Kickboxen 18:00-19:30 ab 12 Jahren	Boxen 18:00-19:30 Ab 18 Jahren	MMA 18:00-19:30 ab 12 Jahren	Boxen 18:00-19:30 ab 12 Jahren	Kickboxen 18:00-19:30 ab 12 Jahren	MMA 18:00-19:30 ab 18 Jahren			
BJJ 19:30-21:00 ab 12 Jahren	MMA 19:30-21:00 ab 18 Jahren	BJJ/Grappling 19:30-21:00 ab 12 Jahren	MMA 19:30-21:00 ab 12 Jahren		Boxen 19:30-21:00 ab 12 Jahren	MMA 19:30-21:00 ab 12 Jahren	BJJ/Grappling 19:30-21:00 ab 12 Jahren	MMA 19:30-21:00 ab 18 Jahren	BJJ/Grappling 19:30-21:00 ab 12 Jahren				