

# Kursplan 2022

gültig ab 05.09.2022



<b>Montag</b>	<b>Matte</b>	15:30 - 16.30 Uhr <b>Pandas 4-6 Jahre</b> mit Galina	16:30 - 17:30 Uhr <b>Kickboxen Kids 7-10 Jahre</b> mit Galina	17:30 - 19:00 Uhr <b>Kickboxen Teens 11-15 Jahre</b> mit Galina	19:00 - 20:00 Uhr <b>Kickboxen   Skyboxing</b> mit Gerdi	20:00 - 21:00 Uhr <b>Kickboxen</b> mit Gerdi
	<b>functionalBOX</b>	freies Training	freies Training	freies Training	freies Training	freies Training
<b>Dienstag</b>	<b>Matte</b>		16:15 - 17:15 Uhr <b>Judo Kids Anfänger</b> mit Rabea	17:20 - 18:50 Uhr <b>Judo Kids Fortgeschrittene</b> mit Rabea	19:00 - 20:00 Uhr <b>Boxen</b> mit Vasilis	20:00 - 21:00 Uhr <b>Kickboxen   Skyboxing</b> mit Vasilis
	<b>functionalBOX</b>		freies Training	freies Training	freies Training	
<b>Mittwoch</b>	<b>Matte</b>		16:00 - 17:00 Uhr <b>Pandas 4-6 Jahre</b> mit Galina	17:00 - 18:00 Uhr <b>Kickboxen Kids 7-10 Jahre</b> mit Galina	18:00 - 19:00 Uhr <b>Skyboxing   women only</b> mit Marie	19:00 - 20:00 Uhr <b>Kickboxen</b> mit Thomas
	<b>functionalBOX</b>		freies Training	freies Training	freies Training	20:00 - 21:00 Uhr <b>Kickboxen   Skyboxing</b> mit Thomas  19:00 - 20:00 Uhr <b>CrossTraining</b> mit Christian
<b>Donnerstag</b>	<b>Matte</b>		16:15 - 17:15 Uhr <b>Judo Kids Anfänger</b> mit Rabea	17:20 - 18:50 Uhr <b>Judo Kids Fortgeschrittene</b> mit Rabea	19:00 - 20:30 Uhr <b>Kickboxen</b> mit Gerdi	
	<b>functionalBOX</b>		freies Training	freies Training	freies Training	
<b>Freitag</b>	<b>Matte</b>	15:30 - 17:00 Uhr <b>Kickboxen Kids + Teens</b> mit Yann	17:00 - 18:00 Uhr <b>Kickboxen</b> mit Yann	18:00 - 19:00 Uhr <b>Kickboxen   Sparring</b> mit Yann	19:00 - 20:00 Uhr <b>Kickboxen   Anfängerkurs</b> mit Christian	20:00 - 21:00 Uhr <b>Kickboxen   Skyboxing</b> mit Christian
	<b>functionalBOX</b>	freies Training	freies Training	freies Training	freies Training	freies Training
<b>Samstag</b>	<b>Matte</b>	10:00 - 11:00 Uhr <b>KB Kids + Teens   Wettkampf</b> mit Yann	11:00-12:30 Uhr <b>Kickboxen   Wettkampf</b> mit Yann / Gerdi / Vasilis / Christian			
	<b>functionalBOX</b>	10:00 - 11:00 Uhr <b>CrossTraining</b> mit Christian				
<b>Sonntag</b>		<b>Special Trainings nach Aushang</b>				