



MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG	
HALLE FIGHT	HALLE ARTS	HALLE FIGHT	HALLE ARTS	HALLE FIGHT	HALLE ARTS	HALLE FIGHT	HALLE ARTS	HALLE FIGHT	HALLE ARTS	HALLE FIGHT	HALLE ARTS
10 UHR OPEN MAT		10 UHR OPEN MAT		10 UHR KRAV MAGA				10 UHR OPEN MAT		10 UHR KRAV MAGA	
	10 UHR PERSONAL TRAINING	15.30 UHR KRAV MAGA		10 UHR OPEN MAT	15.45 UHR X-FIT BOXING	15.30 UHR KRAV MAGA	10 UHR PERSONAL TRAINING		10 UHR PERSONAL TRAINING	11.15 UHR X-FIT ROUND	10 UHR PERSONAL TRAINING
	17.00 UHR X-FIT		17 UHR X-FIT STREETDANCE		17 UHR X-FIT BOXING		17 UHR X-FIT STREETDANCE		17 UHR X-FIT BOXING	13 UHR FIGHT	
	18 UHR MASTERCLASS	18 UHR S.W.A.T		18.15 UHR X-FIT CAGE		18 UHR S.W.A.T			18 UHR MASTERCLASS		
18.00 UHR BOXEN		18.30 UHR MUAY THAI	18.30 UHR YOGA	18.45 UHR SUBMISSION		18.30 UHR MUAY THAI	18.30 UHR YOGA	18.00 UHR BOXEN			15 UHR INSTRUCTOR
19.00 UHR MMA	19 UHR VING TSUN	19 UHR KRAV MAGA				19 UHR KRAV MAGA		19.00 UHR MMA	19 UHR VING TSUN		
	20.00 UHR X-FIT FORCE	20.15 UHR X-FIT ROUND		20.00 UHR MMA	20 UHR VING TSUN	20.15 UHR X-FIT ROUND			20.00 UHR X-FIT FORCE		

Erwachsenen Kursprogramme