



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			10 UHR OPEN MAT	15.45 UHR X-FIT CAGE			10 UHR OPEN MAT	10 UHR PERSONAL TRAINING	11.15 UHR X-FIT CAGE	10 UHR PERSONAL TRAINING
	17.00 UHR X-FIT		10 UHR PERSONAL TRAINING		17 UHR X-FIT BOXING					17 UHR X-FIT BOXING	
	18.00 UHR BOXEN	17.30 UHR STREET SUBMISSION	18.15 UHR X-FIT BOXING			18.00 UHR S.W.A.T.	18.15 UHR X-FIT BOXING		18.00 UHR BOXEN	13.00 UHR S.W.A.T.	
		18.30 UHR MUAY THAI			18 UHR MASTERCLASS	18.30 UHR MUAY THAI					14 UHR INSTRUCTOR CLASS
18.30 UHR X-FIT CAGE	19.15 UHR VING TSUN	19 UHR KRAV MAGA				19 UHR KRAV MAGA		18.30 UHR X-FIT CAGE	19.15 UHR VING TSUN	15.00 UHR STREET SUBMISSION	
19.30 UHR MMA		20.15 UHR X-FIT ROUND		19.30 UHR MMA		20.15 UHR X-FIT ROUND		19.30 UHR MMA			

Erwachsenen Kursprogramme