



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30 – 10:45 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	15:00 – 16:00 Kampfkatten 1a nach Aufbaukurs	15:00 – 16:00 Kampfkatten 1b nach Aufbaukurs	09:30 – 10:45 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	15:00 – 16:00 Kampfkatten 1b im Raum 2	11:00 - 12:15 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	Geöffnet von 13:00 – 16:00 Von 01.08. bis 13.09. ist Sonntags geschlossen! (Sommerferien)
10:00 – 11:00 Pilates / Bodystyling (Wechseln sich jede Wo. ab) Fällt in den Sommerferien aus!	16:00 – 17:00 Kampfkatten 1a nach Aufbaukurs	16:00 – 17:00 Kampfkatten 1c	9:30 - 10:30 Bodystyling Haltung, Kraft, Problemzonen Fällt in den Sommerferien aus!	15:00 – 16:00 Kampfkatten 2 für 4 bis 6 Jährige Aufbautraining nach Kampfkatten 1a +1b + 1c	12:30 – 13:30 Wettkampfsparring Für Kinder und Erwachsene (Wird unter der Woche angesagt!)	
15:00 – 16:00 Kampfkatten 1b	17:00 – 18:00 Allstyle Kinder 1 + 2 Ab Gelb / Orangegurt Kampfsport für 8 - 13 Jährige	17:00 – 18:00 Kampfkatten 1a nach Aufbaukurs		16:00 – 17:00 Allstyle Kinder 1 + 2 Kampfsport für 8 bis 13 Jährige Ab Weißgurt		
16:00 – 17:00 Allstyle Kinder 1 Kampfsport für 8 bis 13 Jährige Ab Weißgurt	18:00 – 19:15 Kickboxen Anfänger	17:45 – 19:00 Kickboxen im Raum 2 Starter Training Basics!	16:00 – 17:00 Kampfkatten 1c	18:15 – 19:30 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene		
17:00 – 18:00 Kampfkatten 1c	19:00 - 20:15 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	18:15 - 19:30 Boxen Für Anfänger und Fortgeschrittene	17:00 – 18:00 Allstyle Kinder 1 + 2 Ab Gelb / Orangegurt Kampfsport für 8 - 13 Jährige	19:00 – 20:00 Agil Vital im Raum 2 Herz-Kreislauf, Muskelkräftigung, Koordination		
18:00 – 19:15 Kickboxen im Raum 2 Starter Training Basics! Fällt in den Sommerferien aus!		19:00 - 20:00 Badystyling im Raum 2 Puls-Power-Problemzonen Super Mix	18:15 - 19:30 Kickboxen Anfänger			
18:15 – 19:30 Kickboxen Fortgeschrittene			19:30 - 20:45 Kickboxen Fortgeschrittene			
19:30 - 20:45 Kickboxen Anfänger						

Öffnungszeiten Studio: Mo bis Do 9:30 - 13:00 Mo bis Fr 16:00 - 21:30 Sa 10:30 - 16:00 So 13:00 – 16:00

Freitag Vormitt. und an Feiertagen außer Sonntag ist geschlossen!

Für die Entspannung stehen Sauna und Solarium zur Verfügung.

Saunaplan beachten!

In den Ferien ist für Kinder nur am

Freitag um 17 Uhr Training!

Das Studio öffnet in den Ferien am Nachmittag erst um 17 Uhr!