



Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00-11:00	Cardio Training & Kickboxen Alle Altersgruppen		Cardio Training & Kickboxen Alle Altersgruppen		Cardio Training & Kickboxen Alle Altersgruppen	Boxen 4 bis 6 Jahre	MMA & Grappling 4 bis 6 Jahre
11:10-12:10	Cardio Training & Kickboxen Alle Altersgruppen		Cardio Training & Kickboxen Alle Altersgruppen		Cardio Training & Kickboxen Alle Altersgruppen	Boxen 7 bis 10 Jahre	MMA & Grappling 7 bis 10 Jahre
12:20-13:50						Boxen Jugendliche & Erwachsene 90 MIN Training	MMA & Grappling Jugendliche & Erwachsene Trainer Zubaira 90 MIN Training
						OPEN MAT SPARRING Ab 11 Jahre 14:00-16:00	BJJ Ab 11 Jahre Für Alle 14:00-15:00
							Sparring für alle Ab 11 Jahre Für Alle 15:10-16:40
16:00-17:00	Kickboxen & Thai Boxen 4 bis 6 Jahre	Ringen 4 bis 6 Jahre	Kickboxen & Thai Boxen 4 bis 6 Jahre	Boxen & Ausdauertraining 4 bis 6 Jahre	MMA 4 bis 6 Jahre		
17:10-18:10	Kickboxen & Thai Boxen 7 bis 10 Jahre	Ringen 7 bis 10 Jahre	Kickboxen & Thai Boxen 7 bis 10 Jahre	Boxen & Ausdauertraining 7 bis 10 Jahre	MMA 7 bis 10 Jahre		
18:20-19:20	Kickboxen & Thai Boxen Jugendlichen	Ringen Jugendlichen	Kickboxen & Thai Boxen Jugendlichen	Boxen & Ausdauertraining Jugendlichen	MMA Jugendlichen		
19:30-21:00	Kickboxen & Thai Boxen Erwachsene 90 MIN Training	Ringen Erwachsene 90 MIN Training	Kickboxen & Thai Boxen Erwachsene 90 MIN Training	Boxen & Ausdauertraining Erwachsene 90 MIN Training	MMA Erwachsene 90 MIN Training		

MÖCHTEN SIE IHR KIND GEZIELT FÖRDERN ODER SELBST INDIVIDUELL TRAINIEREN?

Unser professionelles Personal Training bietet persönliche Betreuung, gezielte Fortschritte und individuelle Wettkampfvorbereitung.

Kickboxen | Thaiboxen | Boxen | MMA | Selbstverteidigung

Infos & Termine: +43 699 150 20 701