

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
	Trainingsfläche 1 (kl)	Trainingsfläche 2 (gr)	Trainingsfläche 1 (kl)	Trainingsfläche 2 (gr)	Trainingsfläche 1 (kl)	Trainingsfläche 2 (gr)	Trainingsfläche 1 (kl)	Trainingsfläche 2 (gr)	Trainingsfläche 1 (kl)	Trainingsfläche 2 (gr)	Trainingsfläche 1 (kl)	Trainingsfläche 2 (gr)
Vormittag	11:00 - 12:00		11:00 - 12:00		11:00 - 12:00		11:00 - 12:00		11:00 - 12:00		11-15 Uhr Goldclub Mitglieder freies Training	
	Selbstverteidigung Senioren		Selbstverteidigung Senioren		Selbstverteidigung Senioren		Selbstverteidigung Senioren		Selbstverteidigung Senioren			
Nachmittag	16:30 - 17:30 KravMaga				16:00-17:00 Muay-Thai Kinder (6-10)				16:00-17:00 Muay-Thai Kinder (6-10)		15:00 – 16:00 Boxen Kinder	
	17:30 - 19:00 KravMaga Erwachsene	17:00 -17:45 Muay-Thai Kinder (6-10)	17:00 -18:00 Karate Kinder		17:00 –18:00 Muay-Thai Jugendliche (11-16)		17:00 -18:00 Karate Kinder		17:00 –18:00 Muay-Thai Jugendliche (11-16)			
		18:00 –19:00 Muay-Thai Jugendliche (11-16)	18:00 -19:00 Karate Jugendliche	18:30 – 19:30 Boxen Kinder	18:00 –19:00 Frauen Fitnessboxen		18:00 -19:00 Karate Jugendliche		18:00 –19:00 Frauen Fitnessboxen		17:30 - 19:00 MMA Erwachsene	
	19:15– 21:00 Muay-Thai Kampfmannschaft und Breitensport	19:30 – 21:30 Boxen Erwachsene		19:15– 21:00 Muay-Thai Kampfmannschaft und Breitensport		19:00 - 21:00 MMA Erwachsene		19:15– 21:00 Muay-Thai Kampfmannschaft und Breitensport		19:00 – 20:30 Boxen Erwachsene		