

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | |
|---------------------|---|---|---|--|---|---|
| 16:30 - 17:30 | | Boxschule Kids Anfänger (6-9 J.) Mit Hannah | | | | |
| 17:30 - 18:30 | PimpMyBody Funktionales Fitnesstraining mit Hannah | Boxschule Kids Fortgeschrittene (9-12 J.) mit Hannah Sparring Kids 18:30-19:00 (nur nach Absprache) | K1/ Kampfsport Basics mit Hannah/Ben ACHTUNG: 18:00-19:00 | K1 Grundschule ACHTUNG: 17:30-19:00 Uhr | Krav Maga Mit Ben ACHTUNG: BIS 19 UHR | |
| 18:30 - 20:00 | Die Lady schlägt zurück K1 Training Frauen only mit Hannah | Muay Thai Muay Thai Jugend 12-15J. ACHTUNG: 18:30- 19:30 | Krav Maga By Ben | Boxen ACHTUNG: 19:00-20:30 | High Intensity Intervall Workout Mit Hannah ACHTUNG: 19-20:00 Uhr | K1 mit Ben K1 Jugend 12-15J. Mit Ben ACHTUNG: 18:30-19:30 |
| 20:00 - 21:30 | K1 Mit Ben | K1 mit Ben | | | Yoga ACHTUNG: 20-21:00 Uhr | |



**Probettraining nach Vereinbarung