KINGDOM OF SPORTS

FITNESS • FUNCTIONAL TRAINING • KAMPFSPORT

KURSPLAN OLDENBURG

	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
08.00 - 09.00														
09.00 - 10.00														
10.00 - 11.00							10.00 - 11.30 UHR K1/KICKBOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE							
11.00 - 12.00											AB 12.00 UHR SPARRING FREIES TRAINING			
15.00 - 16.00														
16.00 - 17.00	16.30 - 17.30 UHR K1/KICKBOXEN JUGENDTRAINING					16.30 - 17.30 UHR K1/KICKBOXEN JUGENDTRAINING								
17.00 - 18.00	17.30 - 18.45 UHR BOXEN WETTKÄMPFER				17.30 - 18.45 UHR BOXEN WETTKÄMPFER				17.00 - 18.30 UHR BOXEN	17.00 - 18.00 UHR KingsCross FÜR EINSTEIGER				
18.00 - 19.00	18.00 - 19.00 UHR KingsCross FUNCTIONAL TRAINING	18.45 - 20.00 UHR BOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE	18.00 - 19.00 UHR KingsCross FUNCTIONAL TRAINING	18.00 - 19.00 UHR K1/KICKBOXEN FÜR EINSTEIGER	18.45 - 20.00 UHR BOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE			18.00 - 19.00 UHR KingsCross FUNCTIONAL TRAINING	18.30 - 20.00 UHR BOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE					
19.00 - 20.00			19.00 - 20.15 UHR K1/KICKBOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE				19.00 - 20.15 UHR K1/KICKBOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE							
20.00 - 21.00		20.00 - 21.15 UHR K1/KICKBOXEN FÜR FORTGESCHRITTENE	20.15 - 21.45 UHR MMA		20.00 - 21.15 UHR K1/KICKBOXEN WETTKÄMPFER		20.15 - 21.45 UHR MMA							