



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

11.00 - 12.00

10.00 - 11.30 UHR
K1/KICKBOXEN
FÜR FORTGESCHRITTENE

AB 12.00 UHR
SPARRING
FREIES TRAINING

15.00 - 16.00

16.00 - 17.00

17.00 - 18.00

18.00 - 19.00

19.00 - 20.00

20.00 - 21.00

16.30 - 17.30 UHR
K1/KICKBOXEN
JUGENDTRAINING

16.30 - 17.30 UHR
K1/KICKBOXEN
JUGENDTRAINING

17.30 - 18.45 UHR
BOXEN
WETTKÄMPFER

17.30 - 18.30 UHR
BOXEN
WETTKÄMPFER

17.00 - 18.00 UHR
BOXEN
WETTKÄMPFER/N.A.

17.00 - 18.30 UHR
BOXEN
WETTKÄMPFER/N.A.

17.00 - 18.30 UHR
BOXEN

17.00 - 18.00 UHR
KingsCross
FÜR EINSTEIGER

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 - 20.15 UHR
K1/KICKBOXEN
FÜR FORTGESCHRITTENE

19.00 - 20.15 UHR
K1/KICKBOXEN
FÜR FORTGESCHRITTENE

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