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 - 18.30 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	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 K1/KICKBOXEN FÜR EINSTEIGER 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			