

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 – 11:00					Fitness Boxen	Sparring	
11:00 – 13:00						Open Mat	
15:00 – 15:45		Kids Club (4–5 Jahre)	Kids Club (4–5 Jahre)	Kids Club (4–5 Jahre)	Kids Club (4–5 Jahre)		
16:00 – 16:55		Kids Club (6–8 Jahre)	Kids Club (6–8 Jahre)	Kids Club (6–8 Jahre)	Kids Club (6–8 Jahre)		SEMINARE
17:00 – 17:55	Youth MMA	Kids Club (9–12 Jahre)	Kids Club (9–12 Jahre)	Kids Club (9–12 Jahre)	Kids Club (9–12 Jahre)		
18:00 – 19:00	MMA	Youth MMA	Youth MMA	Youth MMA	MMA		
19:15 – 20:15	Muay Thai	Grappling	MMA	Boxen	Grappling		
20:15-21.15	Selfdefense	Boxen	Muay Thai	Selfdefense	Muay Boran		