

# TRAININGSPLAN

	<b>MONTAG</b>	<b>DIENSTAG</b>	<b>MITTWOCH</b>	<b>DONNERSTAG</b>	<b>FREITAG</b>
<b>10:00 - 11:00 UHR</b>	FITNESSBOXEN			FITNESSBOXEN	
<b>16:15 - 17:00 UHR</b>	KINDERTRAINING (4-9 JAHRE)	KINDERTRAINING (4-9 JAHRE)	KINDERTRAINING (4-9 JAHRE)	KINDERTRAINING (4-9 JAHRE)	KINDERTRAINING (4-9 JAHRE)
<b>17:00 - 18:00 UHR</b>	JUGENDFITBOXEN (10-15 JAHRE)	JUGENDKICKBOXEN (10-15 JAHRE)	JUGENDFITBOXEN (10-15 JAHRE)	JUGENDKICKBOXEN (10-15 JAHRE)	JUGENDFITBOXEN (10-15 JAHRE)
<b>18:30 - 19:30 UHR</b>	PROFIS BOXEN/ KICKBOXEN	THAI-KICKBOXEN	THAI-KICKBOXEN	PROFIS BOXEN/ KICKBOXEN	THAI-KICKBOXEN
<b>19:30 - 20:30 UHR</b>	FITNESSBOXEN	FITNESSBOXEN	FITNESSBOXEN	FITNESSBOXEN	FITNESSBOXEN
<b>20:30 - 21:30 UHR</b>	CROSS-FITNESS	PROFIS BOXEN/ KICKBOXEN	CROSS-FITNESS	CROSS-BOXEN	PROFIS BOXEN/ KICKBOXEN