

TRAININGSPLAN (ab 01.04.2018)

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag			
16:00 - 17:00 Uhr				16:00 - 17:00 Uhr								10:00 - 15:00 Uhr			
Kampfsport für Kinder Kinder 4-6 Jahre	Fitness - Boxen Frauen			Kampfsport für Kinder Kinder 4-6 Jahre	Fitness - Boxen Frauen					Geschlossen		Open-Training* Alle			
17:00 - 18:30 Uhr		17:00 - 18:30 Uhr		17:00 - 18:30 Uhr		17:00 - 18:30 Uhr		17:00 - 18:30 Uhr							
Sambo Jugendliche 7-16 Jahre	Boxen Jugendliche 7-16 Jahre	Sambo Jugendliche 7-16 Jahre		Sambo Jugendliche 7-16 Jahre	Boxen Jugendliche 7-16 Jahre	Boxen Jugendliche 7-16 Jahre		Fitness-Teens Jugendliche 7-16 Jahre		Geschlossen					
18:30 - 20:00 Uhr		18:30 - 20:00 Uhr		18:30 - 20:00 Uhr		18:30 - 20:00 Uhr		18:30 - 20:00 Uhr		18:30 - 20:00 Uhr					
Sambo Erwachsene	Boxen Erwachsene	Sambo Erwachsene		Sambo Erwachsene	Boxen Erwachsene	Boxen Erwachsene		Boxen Erwachsene		Geschlossen					

* Open-Training

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.
Sa.
So.

16:00 – 21:00 Uhr
Geschlossen
10:00 – 15:00 Uhr *

Ihr Team
SAMBO 07 e.V.