

KURSPLAN

Mo.

Di.

Mi.

Do.

Fr.

So.

16:00- 16:45
eMA
Kampfsport

16:00- 16:45
eMA
Kampfsport¹

8:55- 9:30
Turmberg
Workout^{1,3}

17:00- 17:55
eMA
Kampfsport

17:00- 17:55
eMA
Kampfsport

18:00- 18:55
eMA
Kampfsport

19:00- 19:45
BoxWorkout

18:00- 18:55
eMA
Kampfsport

19:00- 19:45
Zirkeltraining¹

20:30 22:00
eMA
Kampfsport
Sparing³

20:20 22:00
eMA
Kampfsport³

MMA Fitness
Taekwondo Freestyle
Kampfsport
Kickboxen Karate
Personal Training Zirkel
Stretching
Selbstverteidigung