

MONTAG

17:15-18:15 *Kyokushin Welpen (5-9 Jahre)*
18:30-19:30 *Kyokushin Monster (9-13 Jahre)*
19:45-21:00 *Kyokushin*

DIENSTAG

17:15-18:00 *Kickboxen Kinder (8-13 Jahre)*
18:00-18:30 *HIIT (High Intense Intervall Training)*
18:30-19:30 *Kickboxen*
19:45-21:00 *Kyokushin*

MITTWOCH

18:30-19:30 *Kyokushin Monster (9-13 Jahre)*
19:45-21:00 *Kyokushin*

DONNERSTAG

18:00-18:30 *HIIT (High Intense Intervall Training)*
18:30-19:30 *Kickboxen*
19:45-21:00 *Kyokushin*

FREITAG

17:15-18:15 *Kyokushin Welpen (5-9 Jahre)*
18:30-19:30 *Kyokushin Monster (9-13 Jahre)*