



Trainingsplan – Gym 1 Fightclub-Halle



Wochenübersicht



Montag

- 16:30–17:30: K1 Kickboxen / Thaiboxen für Jugendliche ab 12 Jahren
- 18:00–19:30: K1 Kickboxen / Thaiboxen für Erwachsene
- 20:00–21:30: Karate-Do – Meisterklasse
- Privatunterricht beim Großmeister nach Vereinbarung

Dienstag

- 17:00–18:00: K1 Kickboxen für Kinder ab 6 Jahren
- 18:00–19:00: Freies Training in der Boxhalle
- 19:00–20:30: K1 Kickboxen / Thaiboxen für Erwachsene

Mittwoch

- 15:00–18:00: Freies Training in der Boxhalle
- 18:00–19:30: Tai-Chi-Chuan
- 19:30–20:30: Iaido (Schwertkunst)
- Privatunterricht beim Großmeister nach Vereinbarung

Donnerstag

- 15:00–16:30: Freies Training in der Boxhalle
- 16:30–17:30: K1 Kickboxen / Thaiboxen für Jugendliche
- 19:00–20:30: Boxen – City-Boxclub Halle

Freitag

- 14:00–16:00: Privatunterricht beim Großmeister
- 18:00–19:30: K1 Kickboxen / Thaiboxen für Erwachsene
- 19:30–21:00: Karate-Do – Meisterklasse

Samstag

- Ab 11:00–15:00: Freies Training
- Bis 15:00: Privatunterricht oder freies Training

Privatunterricht auf Anfrage möglich / Tel: 0170 80 73 991