

Trainingsplan

Nader's Gym

	MO	DI	MI	DO	FR	SA/SO
Raum 1	Kids Thaiboxen 16:30 - 17:30	Fitboxing 17:30 - 18:30	Kids Thaiboxen 16:30 - 17:30	Fitboxing 17:30 - 18:30	Kids Thaiboxen 16:30 - 17:30	Geschlossen
	Thaiboxen Erwachsene 18:00 - 19:30	Thaiboxen Erwachsene 18:30 - 20:00		Thaiboxen Erwachsene 18:30 - 20:00	Thaiboxen Erwachsene 18:00 - 19:30	
	Boxen 19:30 - 21:00		Boxen 18:30 - 20:00			
Raum 2	Kids Taekwondo ab 5 J. 17:30 - 18:30		Kids Taekwondo ab 5 J. 17:30 - 18:30		Kids Taekwondo ab 5 J. 17:30 - 18:30	Geschlossen
	Taekwondo Fortgeschrittene 18:30 - 19:30		Taekwondo Fortgeschrittene 18:30 - 19:30		Taekwondo Fortgeschrittene 18:30 - 19:30	