

# Kursplan im FIGHTCLUB „Fighting & Fitness“

97453 Schonungen, Hauptstraße 58, Tel. 09721/4761403

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Sa/So
Raum OG 1	Raum OG 2 Boxaum	Raum UG	Raum OG 1	Raum OG 2 Boxaum	Raum UG	Raum OG 1	Raum OG 2 Boxaum	Raum UG	Raum OG 1	Raum OG 2 Boxaum	Raum UG	Raum OG 1	Raum OG 2 Boxaum	Raum UG	Raum UG
Vormittags geschlossen					10:00- 11:00 Body Power	Vormittags geschlossen					10:00- 11:00 Body Power	Vormittags geschlossen			
															11:00 - 12:00 Yoga (Samstag)
	17:00-17:50 Junioren Kickboxen 10-14 J.		17:00 -17:50 Kinder Kickboxen 7-9 J.				17:00-18:00 Mini Fighter 4-6 J.		17:00 - 18:00 Junioren Kickboxen 10-14 J.				17:00 - 18:00 Kinder Kickboxen 7-9 J.		13:00 - 14:30 Sparring Wettkämpfer
		18:00-19:00 Muscle Power	18:00- 19:30 MMA/ Sambo	18.00 - 19.30 Boxen / Fitnessboxen	18:00-19:00 Indoor - Cycling	18:00-19:00 Body Power		18:00-19:00 Yoga		18:00 – 19:30 Boxen / Kickboxen			18:15 -19:30 Freies Training Kampfsport	18:00 - 19:00 Zirkeltraining	
	19:00-20:30 Kickboxen					19:00-20:30 Kickboxen Grundlagen	19:00-20:30 Kickboxen	19:15-20:15 ZUMBA®				19:30 -20:30 Pole Fitness			

## Saunazeiten:

Dienstag	17.00 - 21.00 Damensauna
Mittwoch + Donnerstag	18.00 - 21.00 Gemischte Sauna
Montag	Auf Anfrage

## Öffnungszeiten:

Montag:	geschlossen	15.00 – 21.00 Uhr
Dienstag:	09.00 – 12.00 Uhr	15.00 – 21.00 Uhr
Mittwoch:	geschlossen	15.00 – 21.00 Uhr
Donnerstag:	09.00 – 12.00 Uhr	15.00 – 21.00 Uhr
Freitag:	geschlossen	15.00 – 20.00 Uhr
Samstag:		10.30 – 12.30 Uhr
Sonn- & Feiertags:		11:00 – 16:00 Uhr
Feiertags	geschlossen	

## Personaltraining auf Anfrage

Eventuelle Änderungen des Kursplanes bleiben vorbehalten  
Stand: ab 01.05.22