



	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag
9.00	offene Matte	9.00	offene Matte	9.00	offene Matte	9.00	offene Matte	9.00	offene Matte		
10.00 bis 11.30	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)	10.00 bis 11.30	K-1 & Thaiboxen Boxen (Matze-Steve)	10.00 bis 11.30	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)	10.00 bis 11.30	K-1 & Thaiboxen Boxen (Matze-Steve)	10.00 bis 11.30	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)	11.00 bis 14.00	offene Matte
11.30 bis 17.00	offene Matte	11.30 bis 16.00	offene Matte	11.30 bis 16.00	offene Matte	11.30 bis 17.00	offene Matte	11.30 bis 16.00	offene Matte	14.00 bis 15.30	K-1 & Thaiboxen Boxen (Madi)
		16.00 bis 17.00	KIDSCLUB 7-13 Jahre (Nico)	16.00 bis 17.00	MINI KIDSCLUB 3-6 Jahre (Nico)	17.00 bis 18.30	Womens FC -Kampfsport Frauen (Nico)	16.00 bis 17.00	KIDSCLUB 7-13 Jahre (Nico)	15.30 bis 17.00	offene Matte
17.00 bis 18.30	K-1 & Thaiboxen Fortgeschrittene (Matze-Steve)	17.00 bis 18.30	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)	17.00 bis 18.30	K-1 & Thaiboxen Fortgeschrittene (Matze-Steve)	17.00 bis 18.30	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)	17.00 bis 18.30	K-1 & Thaiboxen Boxen (Matze-Steve)		Sonntag
18.00 bis 19.00	Womens FC -Kampfsport Frauen (Nico)	18.30 bis 20.00	K-1 & Thaiboxen Boxen (Nico)	18.30 bis 19.30	Tae Bo (Patrick)	18.30 bis 20.00	K-1 & Thaiboxen Boxen (Matze)	18.30 bis 20.00	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)	13.00 bis 17.00	offene Matte
18.30 bis 19.30	PowerCircle (Marco)	20.00 bis 21.00	Fitnessboxen (Nico)	19.30 bis 20.00	Super Bauch (Patrick)	20.00 bis 21.00	Fitnessboxen (Matze)				
19.30 bis 21.00	MMA & Brazilian Jiu-Jitsu (Steve Mensing)			20.00 bis 21.30	K-1 & Thaiboxen Boxen (Matze-Steve)						


 K1 & Thaiboxen - Boxen Fortgeschrittene

 K1 & Thaiboxen - Boxen

 Womens FC - Kampfsport für Frauen / Tae Bo

 Fitnessboxen & Superbauch & PowerCircle
für Männer und Frauen

 Kidsclub

 MMA /Brazilian Jiu Jitsu

Privattraining, Sondertrainingseinheiten, Ernährungsberatung und Massagen nach Anfrage bei Trainer Matze (0177-3452209)

* Infos unter: www.lafamilia-fightclub.de