



KICK-THAI-BOXEN / MMA

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
17 Uhr Lee Gym Kids Kinderkickbox 6J. bis 8J		17 Uhr Lee Gym Kids Kinderkickboxing 6J. bis 8J	17 Uhr Lee Gym BIG Kids Kick-Thai-Boxing	17 :30 bis 18 :30 MMA Beginner	10 Uhr Sparring
19 bis 20Uhr Kick-Thai-Boxing Technik Beginner	19 bis 20Uhr Frauen-Kickboxen	19 bis 20Uhr Kick-Thai-Boxing Technik Beginner	19 bis 20 Uhr Fighting-Technique Beginner-Advanced	19 bis 20Uhr Frauen-Kickboxen	
20 bis 22Uhr Kick-Thai-Box Advanced	20:15 bis 21:15 MMA Beginner	20 bis 22Uhr Kick-Thai-Box Advanced		20 bis 22Uhr Zirkeltraining (für alle)	

!!! Für alle Kurse ist komplettes Outfit Pflicht : Schienbeinschoner, Mundschutz, Boxhandschuhe, Bandagen, Kampfsportshorts !!!

!!! Fußnägel bitte immer schneiden und eigene Getränke dabei haben bzw vorher genug trinken !!!