



# TRAININGSPLAN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 - 11:00		Boxen		Boxen		<b>RUHETAG</b>	
11:00 - 12:00							Kindertraining
12:00 - 13:00							Kickboxen
13:00 - 14:00							Boxen
17:00 - 18:00	Kindertraining	Freies Training	Kindertraining	Freies Training	Kindertraining		
18:00 - 19:00	Boxen	Kickboxen	Boxen	Kickboxen	Boxen		
19:00 - 20:00	Kickboxen	Zirkeltraining	Kickboxen	Zirkeltraining	Kickboxen		
20:00 - 21:00		Boxen		Boxen			