

KURSPROGRAMM 2022

©Körperschmiede now

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00	16:00 - 16:45 Motorik	16:15 - 17:15 Kickboxen	16:15 - 17:15 Kickboxen & Functional		16:00 - 16:45 Motorik	16:15 - 17:15 Kickboxen	
17:00		17:00 - 19:00 Taekwondo	17:30 - 18:30 Kickboxen & Functional			17:00 - 19:00 Taekwondo	
18:00	17:30 - 18:30 Kickboxen & Functional		17:30 - 18:30 Kickboxen & Functional	18:00 - 19:00 BGM		17:30 - 18:30 Kickboxen & Functional	
19:00	19:00 - 20:00 Taekwondo	18:45 - 19:45 Kickboxen & Functional	18:45 - 19:45 Kickboxen & Functional	19:00 - 20:00 Taekwondo		18:45 - 19:45 Kickboxen & Functional	
20:00	20:00 - 21:00 Boxen				20:00 - 21:00 Boxen		
21:00			20:00 - 21:00 Yoga				

ZIELGRUPPE DER EINZELNEN KURSE

● 3 - 6 Jahre

● 6 - 13 Jahre

● FÜR ERWACHSENE

● BETRIEBSSPORT

10:30 - 12:00
Wettkampf-
training ab
6 Jahren