

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>08.00 Uhr</b>			<b>08:30-9:30</b> Pilates mit integriertem Beckenbodentraining (nicht im Power-Defense Abo inbegriffen)				
<b>09.00 Uhr</b>							
<b>10.00 Uhr</b>						<b>09:30-11:00</b> Konditionstraining (Kickboxen)	
<b>11.00 Uhr</b>							
<b>12.00 Uhr</b>							
<b>13.00 Uhr</b>							
<b>14.00 Uhr</b>							
<b>15.00 Uhr</b>							
<b>16.00 Uhr</b>							
<b>17.00 Uhr</b>							
<b>18.00 Uhr</b>	<b>18:20-19:20</b> Pilates mit integriertem Beckenbodentraining (nicht im Power-Defense Abo inbegriffen)	<b>18:00-19:15</b> Kickboxen Piccolos (Kinder ab 1. Klasse Teens (Kinder ab 11 Jahren))		<b>18:00-19:15</b> Kickboxen Teens (Kinder ab 11 Jahren)			
<b>19.00 Uhr</b>	<b>19:45-21:15</b> Kickboxen / K1 José Alvarez Gruppentraining (w/m, Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren)	<b>19:30-21:00</b> Kickboxen Gruppentraining (w/m, Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren)	<b>19:30-21:00</b> Kickboxen / K1 José Alvarez Gruppentraining (w/m, Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren)	<b>19:30-21:00</b> Kickboxen Gruppentraining (w/m, Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren)			
<b>20.00 Uhr</b>							
<b>21.00 Uhr</b>							
<b>22.00 Uhr</b>							

